大正八年十一月三十日發行

婦人衛生雜誌

第三百五十號

婦人衛生雜誌

第三百五十號目次

講演

叢談

育兒

家庭衛生

雜報

會報

謹告

來る十二月の本會例會は都合に依り已むを得ず休會致す事に相成候間此段御了承被下度候也

大正八年十一月

私立大日本婦人衛生會

私立大日本婦人衛生會

設立趣意書

凡そ人として此世にありては徒に生けるのみをもて足れりとするにはあらずかならずや知識を磨き人たるの本分を盡くし幸福快樂のうちに一年を送らんことと皆ともに希はざるはあらじされども其身健康にあらざれば此生活を得んこといと易からずこれ衛生の道の一日も忽にすべからざる所以なりとす

抑も〳〵衛生の法は一にして足らずとはいへども衣食住の改善育兒及看病法等の如きはいと緊要の事にして皆吾等婦人のもつぱら掌るべき所其責任重しと云ふべし今や婦人の會合相尋て起り婦人社會も漸く其の面目を改めんとするは眞に喜ばしきことなりされども夫の衛生の事に至りては更に注意を惹かざるもの丶如くまことに口惜しきことなり因りて頃日同志婦人集ひ謀り一會を設け名けて私立大日本婦人衛生會といひ毎月一回集會を開き學識經驗ある人々に衛生上諸般の講義演説談話を乞ひ互に相研究し尚之を筆記して册子を編輯し會員に分ち聊か同胞の爲めに盡すあらんとす茲に本會旨趣の梗概を叙べて廣く江湖の諸姉妹に告げ其賛成を仰ぐことしかり

明治二十年十一月

首唱者總代

私立大日本婦人衛生會規則摘要

（明治三十二年十二月改正）

第一條　目的　本會の目的は汎く婦女子をして人生の健康を保持する方法を講究し衛生上の知識を開發せしめ隨て社會全般の幸福を增進するにあり

●第二條　本會は私立大日本婦人衛生會と稱し之を東京に置き地方に便宜支會を設く

●第三條　本會會員たらんと欲する婦人は何人にても入會することを得

●第四條　入會の節は姓名族籍住所及會員の種類を明記し本會事務所に申込まるべし入會者には會員章を交付す。入會後轉居等あるときは速に事務所に報知せらるべし

●第五條　會員を分ちて終身、特別及通常の三種とす、終身會員は一時に金式拾五圓以上特別會員は一ケ月金參拾錢以上通常會員は一ケ月金拾五錢を納むる者とす

●第六條　男子にして本會の旨趣を贊成する者は之を贊成員とす其會費は本會員に同じ但本會に功勞ある者又は本會に於て特に贊成員たることを認めたる節は役員の協議に依り無會費とすることあるべし

●第七條　會員は本會に於て發刊する雜誌を無料にて受ることを得

●第八條　退會せんとする者は其旨本會事務所に報知し死亡する時は親戚知友より通知せらるべし但既納の會費は總て返戻せず

●第九條　本會に推薦員を置き其中より總裁一名を奉じ皇族の妃殿下に願出るものとす

●第十條　本會に左の役員を置く　會長一名、副會長一名、幹事七名、評議員二十五名、書記若干名

●第十一條　會長副會長幹事評議員は隔年三月の總會に於て會員の投票を以て之を選擧し書記は幹事の推薦に依り會長之を命ず但書記は都合に由り會員外の婦人若くは男子に託することあるべし

●第十二條　會長は本會を總理し副會長は會長を補佐し會長事故ある時は之を代理し幹事は會務を掌理し評議員は重要なる會務を評議し書記は役員の命を受け諸記錄雜務を掌る幹事の分課を設け第一會計、第二編輯出版、第三庶務とす

●第十三條　臨時指名委員の件

●第十四條　會長副會長幹事評議員の任期は二ケ年とす滿期再選することを得若し任期中缺員を生ずるときは次點者を以て補缺す

●第十五條　會長副會長幹事評議員は無給とす書記には相當の報酬を給す

●第十六條　集會は例會總會及評議員會とす集會は八九月を除くの外毎月一回とし總會は三月に之を開く若し急要の事あるときは臨時に總會を開くことあるべし又春秋二回會員相互親睦の爲め園遊會を開くことあるべし

●第十七條　毎會學識經驗ある人々に衛生上の講義演說談話を囑託し會員をして謹聽せしむるものとす

●第十八條　會員は家族の婦女若くは知己の婦人を本會會場に誘致し講義演說等を傍聽せしむることを得（但衣服は總て質素たるべきこと）

●第十九條　講義演說等は男子の傍聽を禁ず

●第二十條　規則の改正其他重要の件議定のこと

●第二十一條　毎年三月總會に於て會計の收支決算並に庶務の概要會員の增減等を報告すべし

●第二十二條　本會の所有金は本會の名義を以て三井銀行に預くるものとす

●第二十三條　會計の收支は總て會計擔任の幹事の檢印を要するものとす

●第二十四條　會計は一ケ年毎に決算し翌年三月總會に報告すべし

支會

●二十五條　地方に於て本會會員十名以上發起者あるときは其規則を定め本會長の承認を受け支會を設立することを得

●第二十六條　本會會員にして支會を設立せんとするときは發起者の姓名を記載して申出べし爾後員數增減あるときは其姓名を支會より本會事務所に報告すべし本會會員にして支會に加入したる者の會費は本會に納付することを止め支會の規定に依るものとす

●第二十七條　支會には支會限りの會員を置くことを得

●第二十八條　本會の雜誌は支會に回送すべきを以て其實費を支會より本會に送付すべし支會限りの會員にして雜誌を請求する者に就きても亦同じ

●第二十九條　支會は集會の都度其狀況を本會に報告すべし

雜件

●第三十條　本會は隔月一回雜誌を發刊し之を會員に配附すべし

●第三十一條　會員又は會員外の者にして金圓若くは書籍物品等を本會に寄附する者ある時は本會會長の名を以て謝狀を贈り寄附者の姓名及品目を簿冊に登錄し尚本會雜誌を以て報告すべし

●第三十二條　會費金は受領證を交付すべし尤も地方會員にして小爲替又は郵券にて納むるものは受領證送費として別に返信料を添へらるべし（郵券送一割增）

●三十三條　會費は東京府下に限り每月領收人を差出すべし地方會員は總て前金とし小爲替にて本會事務所所在の郵便局（本鄕區駒込千駄木町郵便取扱所宛）振出しあるべし

●第三十四條　會員中若し本會の障碍となるべき所爲ある者又は屢々會費を督促するも納付せざる者あるときは會長評議員會の決議を經て除名し若しくは廣告することあるべし

東京市本鄕區駒込千駄木町五十番地　私立大日本婦人衛生會

婦人衛生雜誌第三百五十號（大正八年十一月三十日發行）

講演

家庭に於ける健康及び疾病に對する注意

醫學士　中山敏樹

本日私に婦人衛生會の席上で何かお話するやうにと云ふ御命令でございますが、淺學寡聞な私として一旦は御斷りを致したのでございますけれども、強ひて何かお話するやうにと云ふことでございました。恰度お引受を致しましてから後に、實は自分の職務の上から甚だ多忙でございまして、何かお耳新しい話でも選ぶと宜かつたのでございますが、遂ひさう云ふ暇もありませぬでしたから、汽車の往復の間自分の頭腦に纏めた事をお話致したいと思ひます。若し私のお話致したことが、幾分たりとも御參考になることが出來たら、私の本懷と存ずるところでございます。

私の今日選びましたところは「家庭に於ける健康及び疾病に對する注意」と致しまして、其内容は私がお話し致しませぬでも既に御承知のことで、無味乾燥な、例へば苦がい藥をお上りになるやうな譯でございますが、併し後でもう一方の講師の面白いお話があるやうに承はつて居りますから、私のは苦がい藥で後からのお話はお口直しのやうな結構なお話があるだらうと思ひますから、暫く御清聽を願ひます。

昨年から日本の内外を顧れば非常な出來事が澤山ございます、吾々から申すと如何でございますが、昨年卽ち千九百十八年十一月十一日の晩の十一時に

休戰の條約が纏まつて以來、內外にいろ〳〵の出來事が多いのでございます。例へば之を物質上から申したならば、日本の國內に於けるいろ〳〵の變化があつた。それから思想の上から言うたならば又いろいろの思想の變化を起し或は起し掛けんとして居るやうに思はれます。それ等のいろ〳〵の事が多くは歐米の影響を受けて居ると同じやうに、丁度昨年の秋あたりからして、日本の國にも特に吾々の治療に從事して居る疾病に就ても怖るべき病氣が流行致したのであります。それは申上げるまでもなく一種の「インフルエンザ」が盛に流行致しました。此「インフルエンザ」は昨年の四月に西班牙に流行して、それから各國に擴がつて參りました。日本に昨年の四五月頃に矢張り多少の流行があつたのでございます。其時分には、それが西班牙に流行つて居つた「インフルエンザ」であるか或は在來の「インフルエンザ」であるかと云ふ區別が付かなかつたのであります。ところが越えて五、六、七月から九月に懸けて段々「インフルエンザ」が西班牙で流行つたのと同じやうな形を以つて現はれて來て、十月、十一月になつて隨分猛烈に流行致したのでありますが、其爲めに悲慘な事實を私共が澤山見ました。皆さん方の間にも定めし「インフルエンザ」に因つて起つた哀れな話を澤山お聽になつたことゝ思ひますが、吾々の現に目擊して居る中にも、例へば兄弟悉く死絕えて、親ばかり遺つて居るやうな者もあつたり或は親が死んで子供ばかり殘つて居るといふやうな悲慘な事實が澤山あつたのであります。

昨年十一月以來今年の二三月までに至つて流行を起した時に、普通家庭に於ける健康上並に疾病に對する注意が甚だ不覺である、不充分であると云ふことを私が痛切に感じたのでございます。勿論今度流行した西班牙感冒――卽ち「インフルエンザ」は性質が猛烈で惡性であつたのでございますけれども、一面に於て家庭に於て其病氣を未然に防ぎ或は初に當つて如何にしてこれを輕く濟ませるかと云ふ注意

が甚だ不充分であつたやうに私は始終思うたのであります。例へば私が診察したところの患者の中でも、自分が初めて診察致しました時分には、既にもう肺炎を起して居るやうな例が澤山ありました。僅かばかりの熱が長くあつたのを抛つて置いて、熱が出てから咳が澤山出るにも拘はらずそれを等閑にして置くと云ふことが澤山ある。さう云ふ風な手後れからして隨分此病を重くして、遂に如何ともすることが出來ぬと云ふやうな有樣に立到つた例が澤山あるので、即ち家庭に於ける疾病に對する注意が甚だ不充分であると云ふことを私は痛切に感じたのであります。

一體公衆衞生と云ふものは、個人並に家庭に於ける衞生が充分に行はれなければ到底公衆衞生を望むことは出來ない。然らば家庭に於ける衞生、即ち吾吾が如何にして健康を保持すべきかと云ふことは、一面に於て日常の生活なり或は住居衣服なりと云ふものに對しての注意が行屆いて居ると同時に、一面に於て疾病に罹つた最初に充分の注意を拂ふと云ふことが最も必要なことである。例へば國家の平和と戰爭と云ふやうな考が起らなければならぬやうに一家の家庭に於ても、健康の時の注意とさうして疾病に對する注意とが兩々相俟つて行かなければならぬのであります。

健康に對する注意と云ふことを詳しく申上げると非常に廣汎なことで、一々委しいことを申上げることが出來ないので簡單に申したならば、即ち一言にして盡せば如何にしたら疾病を免れるか、如何にして自分の健康を保持して行くかと云ふことに歸著するのである。其方法に就ていろ〳〵ございます、例へば食物のことは今日のやうに物價が益々暴騰して一面に於て米穀の不足を告げ、それを補ふ食物を選ばなければならず、其補つた食料に依つて充分に吾々の健康を保つことが出來るかどうだかと云ふ注意も必要になる。或は衣類にしても、必ずしも贅澤な物を作る必要は無い、極く粗末な物でも宜しいか

ら、垢の付かぬ物を選ばなければならぬ。私共が病人を見ました時に感ずるのは、來るところの病人が段々衣服を脱ぐに從つて穢たない、一番上に綺麗な著物を著て居つても、段々脱いで行くと其下の襦袢などになると段々汚くなつて來る、是は唯眼の美を飾るに過なくして、本統の衞生の考が不足して居るやうに思はれる。即ち衣服等に就ても美麗な物は要らぬが、極めて清潔な物が必要である。殊に家庭に於ては其邊の御注意が行屆くかも知れぬが、男子の寄宿舍であるとか或は女子の寄宿舍などに立入つて見ると、往々にして夫等の缺點が多いやうに思ふ。

住所に就ても唯華美な大廈高樓と云ふやうな物は必要がありませぬが、成るべく日光の充分に通るやうな家を選擇せんければならぬ。兎角吾々が日常診察して居る病人に就て觀察すると病人の多い家といふものは光線の射入り方が少い、北向の家にどうも病人が多いやうに思はれる。之に反して即ち日射りの宜い南向の家には比較的病人が少い、是は即ち日光と云ふものは殊に結構なもので、自然に病毒を防ぐと云ふことを意味して居るのであるから、住所の選擇も成るべく日光の充分に入る部屋を選ばなければならぬ。

例へば方々の學校の寄宿舍なぞを拜見しても、南向の部屋に入つて居る生徒には病人が少く、北向の部屋に入つて居る生徒には比較的病人が多いと云ふやうに、非常な關係を有つて居るのであります。即ち吾々が日常如何にして自分の健康を保つて行くかと云ふことに就て、個人として並に家庭として食事、住所、衣服、それから日常の銘々の動作と云ふことが最も必要であります。或は男子であればいろ〳〵の運動方法に依つて自分の體格を向上させる。即ち健康にすると云ふ風なこともございますが、女子には兎角運動方法が少い、私は女子師範學校に關係して居らるゝ體操科の或方にお目に懸つたことがありまして、女子に體操以外に何か趣味を有つて運動す

るーの方法を考へたならば誠に結構であると、さう云ふお話を致しました時に、日本に於ける女子の運動法に關しては、學課で拘束されて居る體操だけであつて、何か他に趣味を有つて行る一の體操のやうなもの丶種類が甚だ少い。縱令あるにしたところで、場合に據ると不適當な事が多く、或は敎育上、修身上屢〻缺點の尠くないと云ふやうなことを承はつたことがございますが、誠にさう云ふ風に、日本の在來のもので女子の方々のなさると云ふものは、體操以外に多少の趣味を持て行る運動方法が極て少いのである、從つて男子がするやうな野球であるとか或は柔術とか云ふやうないろ〳〵なことを女子のお方にお勸めすると云ふことは出來ませぬけれども、矢張り御婦人或は學校に通つて居る學生諸君には、相當の運動方法を講ずることが必要であらうと思ひます。

それから又食物の事に就ては先程一寸お話を致しましたが、是等も今日の日本としてはいろ〳〵の改良を加へて、米穀の代りになる食物を選ばなければならぬ、今日のやうに米價の騰貴して來る、即ち米の少くなつて來る時には、それに代はる品物でも從來の榮養を取るに足るだけの物質を選ばなければならぬ。是等は今でもいろ〳〵研究されて居るけれども、まだ充分な米に代はる品物が研究されて居らぬやうに思はれる。食物なども矢張り規則正しく攝取すると云ふことが必要であつて、殊に夏季段々暑くなる時分に赤痢、腸窒扶斯或は滅多にありませぬが虎列剌、或は小兒の疫痢であるとか、斯う云ふ風な惡性の傳染病などは多くは此飮食物から入つて來る、現に腸窒扶斯が盛に小石川、本郷、芝などに流行したことがございますけれども、さう云ふ風な怖るべきところの傳染病ば即ち飮食物より入り來るものなれば、飮食物に對する注意と云ふことを餘程嚴重に行らなければならぬ。殊に暑くなつて來ると無暗に果物を取り、濫りに氷「アイスクリーム」抔を取ると云ふ結果として、思はざる不幸に立到ることが屢〻

でございます、即ち家庭に於ける一つの健康を保つ方法としては、簡單ながら只今申上げた通りの次第であります。

然らば一旦疾病に罹つた場合には何うするか、是が今日私の特に御話して置きたいと思ふ點でございます。今日では餘程我々の家庭にも衛生思想が普及されて、何處の御宅に伺つても病氣の場合に相當の手當をして居る御宅が多い、併し多くなつたと言つても悉くさうであると言ふ事は出來ない。私どもが病家に呼ばれて最も愉快に感じますのは、好遇されるよりも其病室に通つて、御病人に對して醫者の來る前に相當の手當が出來て居ると云ふことが非常に愉快に思ふのであります。斯樣なことを申上げては或は失禮に當るかも知れませぬが、往々にして上流の家庭などに行きましても、御病人の體溫一つ取てないとか或は御病人が赤い顔をして熱が三十九度も四十度もあるのに、氷嚢一つ頭に貼つて居らぬと云ふやうな家庭が澤山ある、或は又檢溫器一本備へて居らぬところの家庭が澤山ある、斯う云ふ風な家庭に吾々が行つた程不愉快なことはない、唯私は玆に誤解を招かぬやうにお話して置かなければならぬことは、即ち家庭に於ける、主婦或は其中心たる方々か、如何にして此病氣を取扱ふかと云ふことを御承知になるのが必要であると同時に、病氣の手後れにならぬと云ふことの注意が最も必要である。之に就て私の知つて居る或病家の――此婦人は非常に病氣のことに就て詳しい方である、所が此家のお子さんが百日咳に罹つて、他の子供にも感染して仕舞つたけれども、少しも醫者に見せずして自分一人で以つて治療してお居でになつた、すると其中に甚くなつて、終に相繼いで三人の子供を亡くして仕舞つたので、遂に其婦人は精神病になつて自殺して仕舞つて、一度に四つの葬式をしなければならぬと云ふことになつたと云ふ例がございます。是は畢竟如何にして疾病を取扱ふか、如何にして疾病を治療するかと云ふことを誤解した結果でございまして、是が最も怖

るべきことで、醫者の來るまでに相當の手當をなさると云ふことは必要であるが、醫者の範圍にまで立入つて治療すると云ふことは甚だ宜くない、疾病に對しての注意と云ふことは肝要であるが、疾病と云ふものを呑込過ぎて、御自身で治療をなさると云ふやうなことは注意しなければならぬことであると思ふ。

然らば何う云ふ風な方法を以つて一番初に病氣の注意をするかと云ふと、先づ病人が出來ましたならば、必ず熱の有無に拘はらず體溫を測つて、安靜に病人を寢かして置く。若し熱が澤山あるやうであれば氷でもあてるとか又非常に熱が高ければ心臟部に氷をあてゝ兎に角一時を凌ぐとか、或は熱が澤山あつて醫者の來るまでも苦しいやうなれば一回或は二回位は解熱劑を用ひて容子を見ると云ふことも必要である。場合に據ると初から咳が多く出ると云ふやうなこともあるから、さう云ふ場合には應急の手當として吸入でもして、さうして醫者を待つと云ふことが必要であります。

それで尙ほ私が特に此處で御注意を申上げませなければならぬのは、醫者の選擇と云ふことが非常に難ケしいのであります。斯う申上げると如何なる醫者が良いか、如何なる醫者に掛つて宜いかと云ふことを極めなければならぬのであります。で、是は非常に難ケしいが、「インフルエンザ」の流行時に屢〻私も遭逢したのでありますが、自分が醫者でありながら醫者の不注意をお話するのは遺憾でありますけれども、「インフルエンザ」などに對して醫者の注意が甚だ不充分であつたことを澤山に私は見た例がある。でさう云ふ風な關係から醫者の選擇と云ふことは病家に取つて大事である、即ち如何なる醫者に懸るかと申せば、醫者も澤山あるが博士必ずしも名醫に非ず、學士必ずしも技術に長じて居るとは限らぬ、或は民間開業の醫者であつても相當の學識技術經驗を有つて居る者もある、即ち吾々が以つて生命を託するに足るだけの醫者と云ふのは、學力經

驗を有して、治療に最も親切な醫者と云ふ者が、吾吾が安心して懸るべきところの醫者であると思ふ。さうして一旦自分の生命を託した醫者、即ち主治醫は何處までも信賴して戴きたいと思ふ。ところが必ずしも其醫者と云つても悉く初めから病氣を看破して行くと云ふ譯にはいかぬ、場合に據ると解らぬこともあり、又場合に依ると誤診しないとも限らぬ。さう云ふ時には第二の醫者を招いて判斷すると云ふ必要もあるから是は差支はないが、往々にして主治醫を出し拔いて他の醫者を招いて診察を受けると云ふやうなことがある、是等は病家が醫者に對する禮儀を缺いて居ると思ふ、即ち自分が生命を託した以上は、其醫者を何處までも信賴する、即ち自分が生命を託す醫者であると思つて診察て貰つた醫者ならば、何處までもそれを信用して全責任を其醫者に持つて貰うと云ふことが必要である。往々第二の醫者、第三第四の醫者を招いて見て貰うと云ふやうなことがある。さう云ふ時には何れに病氣を治す責任があるか分らないので、却て病氣の治療上面白くない結果を起すやうなことがあるから、此點は餘程注意せなければならぬのである。

即ち病氣に罹つたならば、醫者の來るまでに疾病に對して相當の注意をし、相當の方法を以つて處置して置くといふことが必要であると同時に、一方には生命を託すところの醫者を選擇すると云ふことが必要である。先程申上げた通り或る家庭などに至つては檢溫器の備すらないやうなこともある。例へば寄宿舍などに參つても女學校の寄宿舍などでも檢溫器を一つ備へて居らぬと云ふ風なことが屢々ある。是等は家庭として最も注意して戴かなければならぬ。檢溫器のことが出ましたから序にお話して置きますが、檢溫器が必要であるが、之を選擇するのは難ケしい、殊に今日内地で作るところの檢溫器は、現今は餘程精巧なる物が出來るやうになつたけれども、まだ／＼充分な良い檢溫器を吾々が手に入れると云ふことは困難であつて、皆さんが器械屋から十

本の檢温器を取寄せて御覽なさい、十本が十本とも同じ温度を示すと云ふことは少い、甲は一分、乙は三分高いと云ふ風で、此檢温器の事は先頃衛生會の雜誌にも簡短に書いてあつたやうでありましたが、素人で之を調べると云ふことはなか〳〵難ケしいのであるから、出來得べくんば大學の病院でも調べて貰うと宜いので、一定の標準檢温器によりて檢査して、正確な檢温器を選むと云ふことが必要である。殊に高い熱に對しては檢温器の大切なことは申すまでもないが、それ程熱も上らない肺尖加答兒の極く初期のやうな七度一分か二分と云ふ位な熱のある時に檢温器が惡るかつたならば治療上非常な差を起して來るのであります。私などの見た例でも或婦人などが長い間七度二三分位の熱が續いて長い間寢て居る、熱が七度二三分位あるから、醫者からは安靜にしなければならぬと嚴重な命令があつたから臥て居つた。さう云ふ風にして長いこと寢て居つたところに偶然其處へ私が參つて見たところが、今までに其檢温器を調べたことがないと云ふことから其檢温器を調べたことがある、すると其檢温器は正確な檢温器よりも五六分高かつたのである、即ち正確な檢温器で測つたならば七度二分とか三分とか云ふやうな熱は無かつたのである。さう云ふ風なことは僅かばかりの檢温器の差から二月も三月も無駄に寢て居らなければならぬと云ふことが起つて來る、由來肺尖加答兒の初期等に於ては檢温器の正確なものを選ぶと云ふことが必要である。

それから疾病――總ての病氣を起した場合には食物を先づ第一に注意すると云ふことが必要であつて、即ち極く病氣の初であれば、成るべく普通の食物を廢して仕舞つて、さうして流動食物を用ひて、熱の高い間は容子を見て居る、と云ふことが必要で、殊に腸胃に關する病氣であれば、初は流動的の食物を取つて貰つた方が醫者として非常に治療し易いのであります。

それから病室に就ても、成るべく空氣の流通の良

い所を選んで、成るべく日當の宜い病室を選んで置くと云ふことは必要で、疾病に依つては病室を暗くせなければならぬこともあるが、大抵は空氣の能く通る、光線の射入の多い室を選ばなければならぬ。先程も申した咳嗽が出ると云ふやうな時には、醫者の命令を待たずして、頸部、胸部等に濕布をして戴くと云ふことが必要である。是等は我々が今日申上げなくても、女學校の家政學の上からいろ〳〵お話があるやうに思ひますが、女學校などに於ける家政學の上から殊に看護學に稍〻似たやうな話をしておいでになるやうに承はつて居りますが、此點に就てはまだ不充分であると思ふ、是は餘談であるが矢張り專門家にして貰う方が誤らざる敎育方針を授けることが出來ると思つて居ります。

例へば或女學校に私が行きましたところが、其女學校で吸入の方法を生徒に講義をして居つた、ところが、吸入の方法が全く間違つて居る。是等は先生が醫者でないから、看護法も知らないのであるが、さう云ふ風な誤まつた看護法などを生徒諸君に敎へては甚だ迷惑である。それから先程も御話致しました通り、熱の高い時に熱を下げる、卽ち解熱劑も一服や二服は差支ないとしても、醫者に見せずして無暗に解熱劑を用ゆると云ふことが、是が屢〻家庭に行はれる一種の弊風である。能く解熱劑を飲んで熱も下がらないのに學校に出て、さうして學校から歸て又解熱劑を飲む、二日も三日も醫者に見せずして病氣を惡くして仕舞ふことがある。殊に肺炎であるとか或は腸窒扶斯であるとか云ふやうな病氣は、如何に澤山の解熱劑を飲んでもなか〳〵熱は下がらない、却て惡くなる、解熱劑も一回二回は差支ないとしても、これを無暗に用ゆると云ふことは寧ろ惡るいのであつて、卽ち疾病に罹つたならば、成るべく早く醫者に診察して貰つて判斷を乞ふと云ふことが必要である。

かくの如く疾病を其初期に取扱ふと云ふことが早ければ早い程治療上效力が多いと同時に、又病氣の

恢復期に充分注意して戴くと云ふことが必要である。ところが病氣の場合に、多くの家庭に於て、少し病勢が退歩して病氣が恢復して來るやうになると兎角注意が怠勝になる。是が日本に於ける家庭の衞生思想の缺點である。或る小兒科の人に遇つたところが、其人は極端なる言葉で幼稚園を非難して居つた。日本に於ける幼稚園と云ふものは寧ろ極端に言へば病氣の媒介所であつて、寧ろ小さいところの子供を幼稚園に託すのは廢した方が宜からうと言はれて居つたのですが、是は卽ち一面から言ひますと極端であるかの如く聞えますが、又一面から言うと相當に理由があるのであります。例へば痲疹或は百日咳と云ふ風な病氣が幼稚園なり或は小學校の生徒なりに如何に蔓延して居るかと云ふことに由つて現はれて居る。病氣の初に顧慮しないと同樣に病氣の恢復期を輕く見て、卽ち熱がある時分には大事にして居るが、熱が下つて恢復して來る時分になると、ドシ〳〵學校へ出すとか、幼稚園に出すと云ふ風だから、幼稚園の子供や小學校の生徒なぞに直に病氣が蔓延して來る、たとへば流行性の耳下腺炎を行つた子供なぞが、熱が下がるとまだ腫れて居るにも拘はらず、濕布でもさして學校へ出す。是等は或小兒科の人が非難した幼稚園に罪があるのではなく、寧ろ家庭に罪があると思ふのであります。卽ち病氣が充分に恢復しないのに學校へ出すと云ふことは、甚だ宜くないことであつて、さう云ふ事は公衆衞生を妨げることで、是は單に幼稚園のみを非難すべきでないと私は思ふのである、詰りそれは學校が惡いのではなく、家庭に於ても病氣の恢復期に就て尙ほ重きを置いて戴きたいと思ふのであります。ところがどうも病氣が癒つたのに醫者が何時までも藥を飲ませる、治つてもまだ彼の醫者は藥ばかり飮ませると誤解される者があるが、或は世の中にはまださう云ふ醫者もあるかも知れませぬ、私は遺憾ながら無いと斷言はしないが、自分が生命を託した以上は、充分に恢復期を大切にして健康を保つと云ふことが必要

である、例へば腸窒扶斯の後に神經衰弱を起し、「インフルエンザ」や肺炎の後に結核性の疾病を遺すとか或は肋膜炎の後に結核性の病氣を起して來るとか云ふことが澤山ある、是等疾病はことに恢復期に充分に注意することが必要である。主治醫の判斷は何處までも守つて、さうして充分に恢復した後に活動に移らるゝと云ふことが必要である。

私が今日お話致した事は極めて詰らぬ事でございまするが、一面に於て日常吾々の家庭に於て吾々の健康を保ち而して其疾病に罹つたならば其初に於て充分なる注意をして行かなければならぬ、即ち手後れの無いやうにして戴くと云ふことが、疾病を輕くする爲めに最も必要で第三に疾病の治つた即ち恢復期に尙更充分な注意を拂つて戴くと云ふこと、此三つをお守り下さつたならば良いと思ひます。其極く細かい事に渉つては、今私のお話したのでは充分に盡して居らないのでありまして、其病氣の初期に當つて何う云ふ風な方法で行るかと云ふに、即ち檢溫器の必要であるとか或は濕布の必要、吸入の必要であるとか云ふいろ／＼な事がありますが、それを悉く詳しくお話することは出來ませぬから、夫等も亦時を得てお話することがあるかも知れませぬ。

殊に今日では看護婦を使ふのに家庭に於て心得て戴かなければならぬことは、悉く看護婦に任かせると云ふことが間違つて居ることで、一家の中心となつて居らるゝ方は自ら看護婦を監督して行かなければならぬと思ふ、是は看護婦を使ふ上に於て御承知置を願ひたい、又非難をするやうであるが、是は皆さんも御承知でありませうが、近來はとかく良い看護婦が少い、病牀日誌の一頁すら書くことが出來ない者が多い。殊に私は甚だ遺憾に思つたのは「インフルエンザ」の流行時に醫者も間に合はず、看護婦も間に合はず、來るところの看護婦は技術の出來ない看護婦が來る。ずつと以前は看護婦は白服さへ著て居れば看護婦であると思つた、さう云ふ時代もあつたのですが、今日にあつては看護婦の免狀を持て

居らぬ者は派出することは出來ないと云ふことが法律上で定まつて居る。「インフルエンザ」の流行した時には三等看護婦或は四等看護婦が一等或は特等で派出されて來ると云ふ事實を見たのである、是は卽ち「インフルエンザ」が流行した爲めに四等の看護婦が一等になり得たのであります、是は非常に遺憾に思ひます。であるから看護婦をお使ひになる上に就て、悉く任かせると云ふことは甚だ危險である、卽ち看護婦を此方で監督するだけのお考を有つて戴きたい。それには御家庭に於ても相當に疾病の看護といふことに就ての御心得を願ひたい。尙いろ〳〵申上げたいこともございますが、時間も逼迫致しましたし。私の藥みたやうに苦がい無味乾燥な話を止めて、次に面白いお口直しの甘いお話があらうと思ひます。

叢談

虎列刺病療法の進步

醫學博士　小野寺直助

虎列刺の畏るべきことは今更申迄もない事で、その流行時の病毒の强弱にも由りますが、十數年前までは、虎列刺の療法上では、先づ本病に罹れば死ぬるものであると云ふことだけは確かだと言はれた位のものであります。併し近年に至つては驚くべき醫學の進步に依て、種々の畏るべき傳染病も巧に豫防せられ、治療の效驗も著しくなつて參りました。虎列刺とてもその數にもれず、豫防法を嚴重にすれば決して罹ることはないのみならず、豫防注射も相應の效能を現はし、治療法も種々效驗のある良法が講ぜられ、實際成績が良くなり、それに因て死亡する人の數も漸次減

じて參りました。故に我々は虎列刺に對しても昔の人のやうに妄に戰慄し、徒に神佛を煩はし、或は愚にもつかぬ迷信に陷つて醜體を演ずるやうなことなく、確乎不拔の實驗科學的基礎の上に立つた醫學醫術の教ふる所に從ひ泰然として合理的の防禦をなし、萬一過つてこれに侵されても立派に治療の道があり、生命の危險も遙に少くなつて來たのであります。豫防法に就ては曾て屢々本誌上に掲載されたこともありますが、治療の事は殆んど述べられて居りませぬ、それは一は全く醫師の仕事に屬する事であり、一は話が專門的に難かしくなるからの事であります。然るに先般小野寺博士が實驗醫報の坐談欄に於て述べられた所は、誠に平易に簡潔に虎列刺病療法の進步を談られて居りますので、平易と申しても醫師に對しての坐談でありますから矢張普通の人には餘程註釋を加へなければ呑込めぬ點もありませうが大體療法が段々進步して來て居ると云ふことだけは分からうと思ひますから、虎列刺病に對しても、昔のやうに妄に恐怖してその爲す所を知らぬと云ふやうな事のないやうに、幾分の安心の爲めにこれを紹介する次第であります。

（編者）

死亡率が五〇乃至六〇%に達する虎列刺病が流行して來ました（八月）。この機會に於て、過去十二年間に亙る不斷の研究によつて印度に於ける虎列刺死亡率五九%（一八九五年乃至一九〇五年）を遂に一四・九%（一九一七年）にまで低下せしめたるローチャース氏の功績を讚稱せねばなりません。

ローチャース氏は、虎列刺が重症となれば血液中に失はるゝ水分が六七%以上にもなるのを見て、これを補ひ而も長くこれを血管内に殘留せしむる目的を以て一・二%高張食鹽水を靜脈内へ注射して稍々その目的を達しました。

更に「アトロピン」の注射によつてその效を一層確實にしました。斯くして血行の整調に近づくを見て內服藥の詮議に取りかゝりました。殺菌劑は却て菌を殺して體内毒を出させると考へて、寧ろ酸化によつて毒素を破壞せしめんと企てました。實驗の結果は過滿俺酸加里を丸藥として內服せしめて著效を見たのであります（數日間に六瓦も與ふることあり）。

靜脈内注射は血壓が一一〇粍位になるまでやり、甚しきは數日内に一五立に達したものもあります、又心臟興奮劑として少量の「カルシウム」を靜脈内へ注射しました。

最後に血液の檢査の結果、虎列剌の總ての例に於て酸毒症の來るのを見て、高張食鹽水に重曹を混ずるやうに致しまして、初めて腎臟合併症の多くを豫防、治療することが出來て、今日の如き好成績を得るやうになつたのであります。唯だ最近にベーリス氏は、血液内の水分を補充し且つこれを維持する目的に高張食鹽水の如き鹽類溶液の效果を疑ひまして、六乃至七%「ゴム」漿(「ガム、アカシア」)を〇・九%食鹽水で造つて注射することを提議しました。この溶液の靜脈内注射が大出血、外傷性「ショック」に偉效を奏することは今回の戰役に於て確立せられたからであります。尚ほ「カルシウム」の效は心臟興奮にあるならば「ゴム」中にある重炭酸「カルシウム」で充分であり、それで同時に酸毒を中和する效もあるであらうと言つて居ります。

針の遊走

宮田量之助

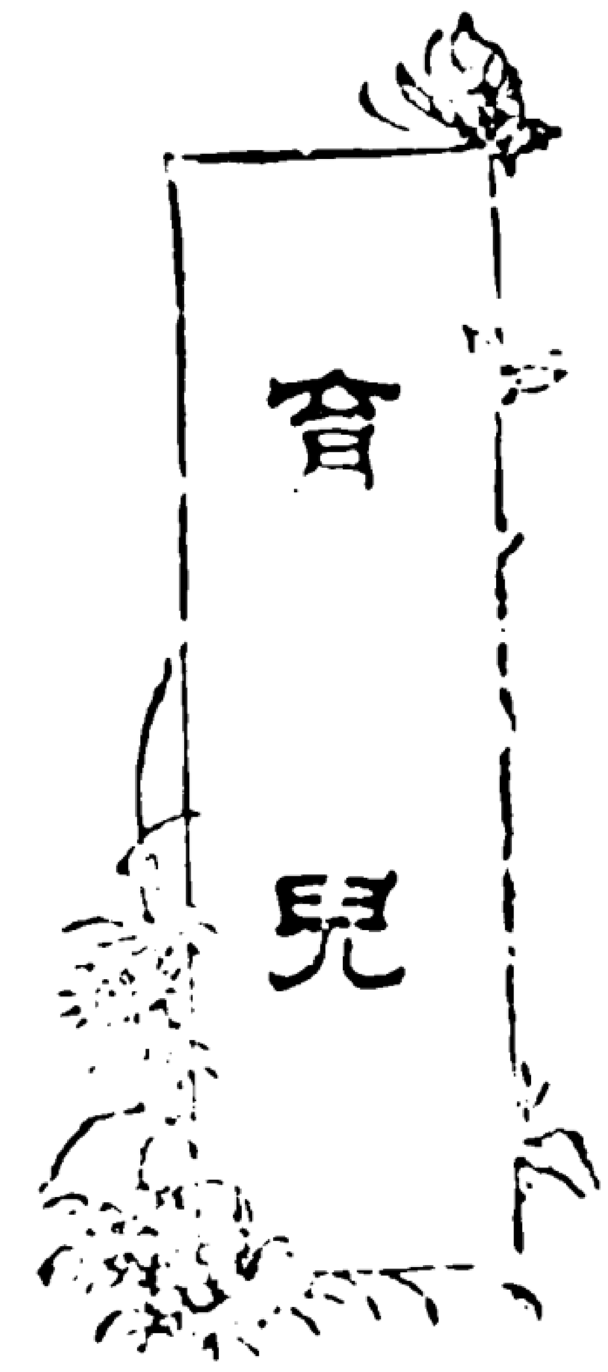
縫針を刺して、それが體内巡をして、幾年かの後に思ひもよらぬ處から飛出したといふ話は、昔から奇談として間々聞く所でありますが、これは實際あることで、醫學上の報告にも確かに見えて居ります。即ち身體に刺入されて折れた針の尖が複雜なる筋肉の運動に依て身體の處々に持運ばれ、ある機會によつて再び皮膚から外に現はれるのでありまして、實に危險千萬な話であります。これは精神に異常を起した人が幾本か針を吞込むで、それが時を經てから身體の處々から現はれたと云ふやうな例もありますけれども、普通は足に蹈立てゝ、その尖端が折れ、除かうとしてもなか〳〵何處に行つたか分からず、

止むを得ずそのまゝにして置く中に、傷も癒り、別に疼痛も覺えなくなつて忘れて仕舞ふ、それが幾年の後に思懸けない部分から出て來るといふのが通常であります。この針を足に刺すと云ふことは、大抵女子が裁縫の際に疎漏にも針を疊の上に落してそのまゝにして置くが爲めでありまして、往々過つて疊の上に置いた針山を蹈つけると云ふこともありますが、多くは前述の取落しに由るのであります。婦人女子、殊に輕率で無頓著で所謂ダラシのない未熟の女子が裁縫をして居る日本室は極めて危險な恐るべき室であります。試みに彼等が稽古をして居る有樣を一瞥致しますならば、恰も昔の罪囚が處刑される時のやうな姿勢で首垂れて蹲まつて居りますが、その首を擧げた時に見ますと、白粉で不潔になつた襟元に二三本も針を刺して居るのであります。これが自分の胸にでも刺されば多少注意もするやうになるのでありませうが、生憎自分の爲めにはならず、何時の間にか疊の上に落して人に蹈ますことになるのであります。一家の主婦たるものは、自家の子女は申すまでもなく、女中小間使に至る迄、縫針の取扱に就ては嚴重なる定則を與へ、酷しく躾をすることを希望しなければなりません。これはその機會は少しく異りますが、針の體內巡をする事實を知らする爲めに、玆に宮田氏の實驗例を擧げて家庭の注意を促す次第であります。(編者)

水戸濟生病院の宮田篤之助氏は、針の遊走の一例を報告して次の如く述べられた。

刺入せる縫針が身體各部を遊走することは、報告にも見るし又話にも聞いて居るが、實際經驗したのは今度が始めてゞある。患者は、二十三歲の強壯なる男子、今から六年前の大正三年四月に肥料を運搬中土中にあつた縫針一匹(二十五本入)を右足蹠に蹈み刺し、驚いて拔いて見ると該針の尖端が皆折れて居た。該刺入創は數日にして化膿し、蜂窠織炎を起したので醫に治療を受けた。當時小さい創口から膿汁と共に二個許り針尖長さ一「センチ」許りのものが

出たのみだと云ふ。間もなく創も治し、その後異常がないので放置しておいた。然るに三年を經過して大正六年三月勞働の後、右脛骨前面二個所に刺痛があり、觸るゝに異物の如き感じがあるので「レントゲン」にて診ると皮下に二個所の縫針の尖端があるので拔去した。然るに同年七月、右大腿中央前面三個所に刺痛ある硬結物を生じ、今度も「レントゲン」で針を證明して拔去した。同年十一月また來り、右前胸部第四肋間邊に三個所、同樣の硬結物を生じ、「レントゲン」で針を證明し拔去した。以下同樣の症狀の下に大正七年三月胸骨把柄部の右側に一個所、同八年三月右胸鎖乳嘴筋中央部に一個所、右下腿三分の一部に一個所、同七月五日右胸腋窩線にて第六、七肋間より二個所、皆各〻皮下にて同樣長さ一「センチ」の黑色を帶びた針尖を拔去した。二十五本刺したとすれば既に十七本出たわけで、まだ八本殘つて居る筈であるが、もと刺した部位には「レントゲン」で針は證明が出來ない、何處にあるか、又あるかないかも判然せぬ。刺入して既に六年を經過し、右足蹠から頸部まで遊走したなどは、先づ以て珍らしい例と思はれる。



小兒呼吸器病の手當

醫學士　竹內薫兵

呼吸器といへば鼻咽喉、喉頭、氣管、氣管枝、小氣管枝、肺であるから、一概に呼吸器の病氣といつても一々手當は違ふものである。

一、鼻加答兒

鼻加答兒といふ病氣は洟水が出るのでわかる。俗

に感冒を引いたといふ中には此病氣が隨分多い。手當は溫かにして、熱い茶などを飲ませ、汗を出さすに努めるが第一である。然し子供殊に乳兒には、「チフテリ」といふ病氣が丁度鼻水を垂らして起こるものであるから、鼻加答兒と思つたら早く醫治を受けねばならぬ。

慢性の鼻加答兒といふ病氣は或る特別なる體質によつて來るもの故、體質から治さなくては治らない場合がある。又黴毒、腺病などいふ病氣からも來るから、其方の療治をしなければならぬ事がある。これは醫師でなければ見判がつかぬ。

二、喉頭炎

熱が出て息苦しく聲も啞れるといふ病。「チフテリー」といふ病氣と似て居るから注意しなければならぬのみならず、急に熱が出て夜間突然呼吸がヒユーヒユー音を立て、子供は今にも窒息して死にさうな容態に見える事があつて、丁度「チフテリー」のひどいのに急に罹つた樣な容態を呈する事がある。是は假性格魯布と名のつく病氣であるが、實は喉頭炎である。「チフテリー」と異り翌日になれば元の通りに元氣が出て、又夜になればヒユー〱呼吸をするといふ有樣、こんな時には狼狽しないで吸入をさせる。醫者の來るまでは二百倍位の食鹽水で行ひ、それから頸へ溫かい濕布をするがよい。冷やすのはいけない、却て病氣を惡るくする事となる。

三、異物

喉頭や氣管の中へ豆、玩具などを誤つて吸ひ込むことがある。此時には狼狽して背を叩いたり、水を飲ましたりしてはならぬ。なるべく早く耳鼻咽喉科の醫者の手に任かしたがよい。

四、氣管枝加答兒

この病氣にも急性と慢性とあるが、又乾性と云つて空咳の出るのと濕性と云つて咽喉のぜい〱云ふのとの二た通りある。子供は非常によく罹る病氣である。先づこの病氣は痰のたまる病氣であるから、この痰を除くために咳嗽は如何しても出るものであ

る。醫藥も矢張りこの方針で一時は咳嗽の出る樣なのを用ふるから早く咳嗽を止めてくれと醫者を攻めてはならぬ。第二にこの病氣は暖かに而して濕つぽい空氣がよいから、吸入や湯氣を立てる事をやる、濕布もやる、これを勵行すれば治るのは割合に早いものである。

此外子供の年齡が大きい場合には、熱い茶珈琲や牛乳などを飮ませ、又は「フランネル」を熱く焙つてそれを胸から背へかけて捲きつけるもよろしい。これは汗を出すためである。勿論發汗の目的には此外藥も用ひる。然し小さい子供でも、大きい子供でも、氣管枝加答兒の時に最も屢〻用ひるのはプリースニッツ氏濕布纏絡法といふのである。この遣り方は先づ手拭の如き布片を一枚とりて、これを二重三重に疊み其幅が子供の腋窩と臍との距離位とする。長さは胸圍よりも少し長い方がよい。これを熱い湯の中に浸して後固く搾り、少し冷めるのを待つて是を厚い「フランネル」の上に展べ重ね、この二枚を手早く子供の背から胸へかけて捲きつけるのである。此際子供の肌に當るところには、少しも皺が寄らないやうにする、胸の處では先づ一番下の布片を重ね、次に「フランネル」を重ね、それを又安全針で留める。但し「フランネル」は濕布を被ふためであるから幅は下の布片よりも二三分づゝ長い方がよい。又「フランネル」が濕らないために、これと濕布との間に油紙を插むのがよろしいのであります。但し濕布を造る方法は人によつて少しづゝ違ひますが主旨は皆同一であります。

濕布を作るために布片を浸ける水の溫度は、體溫と反對にしなければならぬ。體溫が高ければ高い程水は冷たくし、體溫が低ければ溫かい湯か又は熱い湯に浸けなければならぬ。又濕布交換の時間は、溫濕布の場合には二三時間毎でよろしいが、冷濕布を行る時は一二時間毎に交換しなければならぬ。

溫濕布の代りに夜間など何度も濕布を交換する事を避けようと思ふ時は、油濕布といふのをやる事が

ある。これは「オレーフ」油を溫めて此中へ手拭を浸けて搾り、それを前述の濕布と同樣に捲くのである。容易に冷えない點が特有である。

吸入に就いて述べたい事は、子供には大人の如く規則正しく口の中へ藥液の噴霧を入れる事の出來ない事である。鼻のところでも、口の處でも致し方がない。或は全く顏の邊へは噴霧を持つて行かれない事が尠くない。こんな時には已むを得ず子供の附近へ無闇に噴霧を出して置いて、間接に子供に吸入させるより外に仕方がない。吸入をする時は「コップ」に入れてある藥液が減るか如何かを注意する事が肝要である。若し藥液が減らなければ、子供は熱湯を口へ吹き付けられて火傷をするから氣をつけなければならぬ。どし／＼藥液が減る樣なら大丈夫である。

五、喘息

普通喘息といふ病氣は氣管枝喘息である。此病氣の子供は轉地させるに限る。海濱でも山地でも關はない。子供の呼吸が樂であるといふ地が最も其子供に適した土地である。それから食物を注意しなければ治らない。牛乳は澤山飲んではいけない。殊に牛乳の中の脂肪がよくないから、脫脂乳といつて脂肪を除いた牛乳の方がよい。それも少しがよろしい、又食鹽を少くした方がよいから、食物の鹽氣の勝つたものは惡い。

發作と云ふて、子供は急に呼吸が苦しくなり、急しくなる事がある。此時は醫治を受けるは勿論であるが、それまでは衣服を樂にし、帶を解き、戶障子を開放して置くに限ります。此發作のために呼吸が窒まつて死ぬ事はないから、周章ないでよろしい。

六、毛細氣管枝炎

重い病氣である。此病氣に罹つたら死ぬかも知れないと思はなくてはならぬ。肺炎と殆んど同じ樣な病氣である。子供が生れて間が無ければ無い程危ない。

汗をかゝす目的で熱い牛乳を飲ませ、又は熱布纏絡などをやり、又プリースニッツ氏濕布纏絡をもやる

事は、氣管枝炎(又は氣管枝加答兒)の時と同じであるが、此外毛細氣管枝炎では、芥子浴又は芥子泥纏絡といふ事をやる。芥子泥纏絡といふのは、凡そ五合の温湯の中へ新しい芥子粉を百二十匁程入れて掻き廻し、掻き廻して居る人の眼が痛くなる迄攪拌する。さて子供の頸から下を被包するに足る大きさの布片を、此汁の中に浸けて後固く絞り、これで子供の頸以下全身を纏絡し、其上を「フランネル」で被ふ、これを十分か三十分行つて居ると、子供の皮膚が丁度煮立ての蝦の様に赤くなる、此赤くなつたを機會に濕布を取り去り、皮膚に附着して居る芥子を外の布片で清く拭ひ去り更に一時間半か二時間プリースニッツ氏温罨法を行ひ、出來るだけ長く皮膚が赤くなる様にするがよろしい。此際子供の體温は非常に上つて四十度、四十一度までもなる事はあるが、惡い徴ではない。但し芥子纏絡法は一日一回以上行つてはいけない。

芥子浴とは木綿の袋の中へ芥子を入れて、湯の中で此袋を握むと、芥子油が澤山出ます。此中へ入浴させるのをいふのでありますが、此芥子油が皮膚や肺を強く刺戟して、却て結果が善くありませんから、寧ろ芥子纏絡の方を用ふるが宜しいのである。

芥子纏絡を行つても皮膚が赤くならないのは、病氣が治らない事が多いから注意しなければならぬ。

又あまり子供の衰弱が甚しいと、芥子纏絡法を行ふ事は出來ない。其代り熱い湯に入れるがよい。此外の藥などの事は醫治に任したがよろしいのは申すまでもない。

七、肺炎

肺炎と云へば人は恐ろしがる。實際又治らない事も多いが、それも肺炎の種類による事である。普通に肺炎といへば急性肺炎の事を指すが、此中に二た通りあつて、氣管枝肺炎(又加答兒性肺炎とも云ふ)と、格魯布性肺炎とである。氣管枝肺炎の方は重い病氣で、手當は前に述べた毛細氣管枝炎の時と大差はない。此病氣では子供の心臟が丈夫でなければ到

底助からないから、醫者は心臓を弱らせない様に全力を盡すと同時に、痰を出させる事に努める。然し手當としては親の乳を與る事を忘れてはならぬ。此病氣では子供の年齢の小さい程よろしくない。

氣管枝加答兒の時も毛細氣管枝加答兒でも、又本病でも、病人の室は華氏の六十度より温かでなければならぬ。

こんなにして加答兒性肺炎では死ぬ事が多いが格魯布性肺炎では然樣ではない。殊に乳兒で而かも親の乳を飮んでる子供は、此病氣に罹つても大概は死なゝいで濟むものである。手當も加答兒性肺炎の時よりは簡單で大抵プリースニッツ氏罨法位でよろしい。尤も室を温かに且つ濕つぽくして置くなどは前述の病氣の時と同じである。此病氣に罹る以前强壯であつた子供ならば、たとひ乳兒でなく學齢兒童でもさほど恐るゝに足らぬ。全快する事が多い。然し乳兒では此病氣の後に肋膜炎を起こす事があるから氣をつけねばならぬ。

八、肋膜炎

肋膜腔といふ肺の外の處へ、水や膿の蓄積るのが肋膜炎である。此中で水のたまるのは漿液性肋膜炎と名づけ、これは隨分治るものであるが、膿のたまる方は化膿性肋膜炎又は膿胸といつて大病である。乳兒には膿胸の方が漿液性より多いものである。

漿液性肋膜炎の方では成るべく子供を靜かにして置き、又胸へ濕布を捲いたりするだけで、他は醫に任せてよいが、膿胸の方はどうしても外科の手術を要するので、兎に角手術をして此膿を外へ出して終はなければならぬ、これを躊躇してゐると確かに子供の生命に關はる。

衛生を主とする育兒法

吉岡彌生

一、子供の精神教育

私方では、子供が七歳になる迄は、體育に重きを置き、精神教育の方は放任主義を採つて居ります。七歳以下の子供に對して、毫も精神教育をしないといふのは、そんな小さい子供には、善惡の區別が明かでなく、これは惡いからしないといふ制止力といふものが乏しいからであります。子供が斯る自然の性を有する上は、この性を枉げるのは宜しくないと思ひますので、更に干渉しません。寢たければ寢させますし、起きたければ起きさせます。人に對して失禮な事を言はうと、變な風をしやうと、少しも構はない、唯食物とか玩具とかは、相當なものを充がふのですが、多くの事は、その意に任せて置くのであります。從つて叱つたり、躾けたりすることはありません。例へばお客が見えたら、ちやんと、お辭儀をせよとか何とか教訓的のことを致しません。つまり自然のまゝに育てるのですが、こゝに注意するのは、親が子供に惡い言行を見せないといふことです。

二、注意すべき三ケ條

私方では子供に對して、恐怖心を起させるやうなことは、一切致しません、例へばお伽噺などの中には、怪物が出るとか、地獄に落ちるとか、繼母に苛めらるゝとかいふやうなことがあるのですが、斯る事には注意して一切見聞させぬやうにし、威す怖らすといふことは、どんな場合にも致しません。かう致しますと、子供は、何事にも恐怖心を起しませんのです。これと列んで特に嚴重に致しますのは、清潔にすることです。例へば鼻を出して居れば、直に拭つて遣り、涎を出して居れば、直ぐに拭いて遣り、大小便をしたら、直に清潔に拭き取つて、跡をお湯で淸くするといふ按排に、何でも猶豫なく淸潔

にします。この習慣がつくと、鼻が出たり、涎が出たりすれば習慣上好い心地がしないから、直に親に處置して貰ふとか、自分でするとか、何事も、かういふ風になります。この事は、體育上からも、精神敎育からも大なことであらうと思ひます。是等の習慣は、第二の天性となつて、生涯に殘るものであります。

三、學齡以後の家庭敎育

それから學齡に達しましたら、多少理非辨別がついて來ますから、從來のやうにせずして、常識を發達させるやう勉めます。むやみに叱つたつていけませんから、結果に依り、惡い事をさせんといふ方針を採つて行きます。障子を破れば唯破いてはならぬといはずに、冬の日なら、その間から風が吹き込み、非常に寒さを感ずる所から、これを戒めます。風でも引きますと、あんな寒い風に中るからであるといふ類です。また棒切でも振廻して戯れます時は、若しお前の後に人が居つて、眼にでも中つたりすると、眼が潰れるではないかといひます。又火をいぢることは、火事といふものは家が燒けて恐るべきものである。火をいぢると火事を起すから、いぢつてはならぬといふのであります。又あまり食物を貪ると、お前先頃は蜜柑を食べ過ぎて、お腹を惡くして困つたではないかと、何でも自覺するやうにするのです。

それから何かの話につけて、天皇陛下は私共の最も貴ぶべき方で、何事もその命令に背いてはならぬ。日本の支配者であるからといひ、祖先は、父母の父母で自分の本であるから、何處迄も崇めねばならぬ。兩親は、かうして育てゝ上げるのだから孝行せねばならぬ。長上は、あはれみを加へる方だから、尊ばねばならぬ。逢つたら相當の禮をせねばならぬといふ按排です。

四、金錢取扱の利害

十歲以下の子供に、金錢を充てがふ、即ち小遣をやる、自ら買物をさせるといふことは私方では致しませんのです、外國あたりでは、却て幼い時から

金錢の有り難みを知らせ、貯金とか收入の道をも講じさせるといふことを聞いて居りますが、どうも我が國の子供に、そんなことをさせると、何だか、こせついたり、浮薄に流れはしまいかと思はれます。先年、私が病氣保養の爲に、箱根に參つて居つたことがありましたが、箱根細工の多く出してある店で、これを買はうと致しましたら、子供は、そんなに買ひますと、お金がなくなります。箱根には銀行はありませんかといつたことがありました。私は子供に幼い時から金錢の味を知らせると、却て面白くないと思ひます。

五、幼稚園の良否

それから幼稚園に入らせるが良いか惡いかといふことは、世に議論のあることですが、私はその幼稚園が相當なもので、箱詰的にしない限りは、成るたけ入らしたら宜しいと思ひます。最も宜しい理由は、間食をしないといふことゝ運動が充分であるといふことです。田舍はさうでもないでせうが、都會は、多くは家が狹い、陰氣な小さい所に閉ぢ籠められて居るといふことは、子供の堪ふる所ではなく、又頗る不衞生なことであります。家に居れば自然に間食もする、而も運動をしないといふのであるから、幼稚園に入つて腸胃も好くなり、身體も強くなつたりするのは、殆んど當然のやうであります。唯一概に幼稚園といつても、中には惡い保姆もありまして、子供の爲に惡いのもありませうから、充分選擇せねばなるまいと思ひます。

六、小學校の復習

子供を小學校に通はせると、そればかりでは物足らぬ心地がする所から、家庭教師を雇ふといふやうな方もありますが、私共は不贊成であります。それも尋常五年以上になれば、多少そんな必要もないのではありませんが、十歳以下の子供には絶對的に不必要であります。それは子供の身體が、まだ勉強に適しないからです。私は學術は學校に一任し、精神教育上の話をして子供を益し且つ樂ましむるやうに

したら、善からうと思ひます。

七、虚榮と名譽心

それから、子供には虚榮心を起させないやうにせねばならぬのですが、併し名譽心はあつた方が宜しいやうです。否、名譽心がなかつたら、教育の效果は左程に擧るまいと思ひます。例へば私共の子供(十歳)なども、私が一所に寢ようと申しましても、學校で互に誰れと寢ますといふことを言ひあつて、お母さんと寢るなどいふと、けなさるゝさうですから、それが嫌さに、私が勸めても一所に寢ないのです。

八、母親に注意す

前後になりますが、因に申して置きたいのは、私共が病家を巡ります時に、子供が出て八釜しく言ふと、お母さんは、そんなに八釜しく言ふと、お醫者さんが針をなされますぞと仰やるので、お子供は、駄々を捏ねることを一時止めるのですが、他日その子供が病氣に罹つたので、又診察に往きますと、お子さんは前言によりて、針をされては困るからといつて、容易に診察に應じないことがありました。こんな事は餘程注意すべきことゝ思ひます。

家庭衛生

榮養食糧と經濟

前號に於て「食物は何故大切か」と題し内務省衛生局の編纂に係る本篇の第一節だけを御紹介致しましたが、時節柄必要のことでありますから、全篇を轉載して廣く本會員の御參考に供します。

食物は何れだけ取ればよいか

前に述べた所の、食物は何故大切であるかの理由は、又た食物をどれ丈け取ればよいかと云ふ問に答を與へます。即ち大人であれば、勢力を出す爲に日

日消費せらるゝ成分を、充分補ふ丈けの分量が必要であり、子供であれば、尚ほ夫れ以上、體の成分を殖やして成長するに必要な量を取らなければなりません。随て同じ大人でも、職業によつて違ふ者で、劇しく働く人は、靜にして居る人よりも多量の食物を要するのは勿論であり、又た子供は體が小いから、食物の絶對量は大人よりも寡いのでありますが、之を同一體重例へば體重一貫目に割り宛て見ると、却て子供の方が大人よりも割合多量の食物を取る者であります。又季節にも關係する者で、同一の人でも、寒い時には多くの熱を造つて冷えない様にする爲に、暑い時よりも多量の食物を要求する者であります。

體成分を損失せず、健康に差支なく暮らすことの出來る食物を、保健食料と云ひます。然らば保健食料としては、如何なる養素を、日々何れ丈け取れはよいだらうか。學者の外、恐らくそんな事に氣を寄せて居る者は一人もないでしやう。實際、吾々は毎日相當滿腹する迄御飯とお菜とを取つて居れば、健康に差支なく暮らして行くことが出來るのであるから、そんな問題は無用であるかの様に感ぜられます。

さりながら、茲に一考せねばならぬ事は、人間を始め、生物の體には、面白い働があつて、澤山榮養物を取ると、矢張澤山其の成分が壞はされ、之に反して取り込まれる榮養物の分量が減ると、體内で壞はされる分量も亦漸々減つて來て、入る所と、出る所とが、成るたけ平均しやうとする傾を示すものであります。恰も一家の經濟でも收入が急に殖えると、自然贅澤に流れて、支出も矢張增加し、之に反して、收入が減ると、浪費を愼みて、支拂も亦減るのと同様であります。

勿論非常に多量の養素を取れば、出る所よりも入る所が多くなつて、體成分は增加し、之に反して入る所が非常に少なくなると、終には出づる所を補ふことが出來なくなるのであるが、併し可なり廣い範

圍内で、入る所が増減しても、出る所がよく之に伴ふて釣合を取つて行く者であります。

夫れですから、榮養を佳くし活氣を増したい爲に、牛肉や卵を矢鱈に多く取り込んだからと云つて、決して夫れで目的が達せられる者ではありません。斯る際には、一面消化吸收が不充分で、吸收されない殘の養素が多量に糞となつて捨てられると同時に、一面餘計吸收を受けても、亦餘計の成分が壞はされて、尿となつて外に出て來る者であります。隨つて斯る際には、無駄に高價な食物を潰して糞便や尿を造る樣なもので、何等爲にならない、誠に以て勿體ない次第であります。加之、爲にならない計りならまだしも、榮養物が多く入り過ぎる結果、徒らに體の諸器官を累はし、爲に往々却て病氣になる場合があります。實に此位不經濟な話はないのであります。

斯樣な誤つた榮養法は、之を一人一家の經濟より云ふも、詰らない贅澤で、大なる損失たることは言ふ迄もないが、幾千萬人と云ふ多數の人口を有する一國の經濟より論ずれば、實に莫大なる浪費であつて、節約して然るべき者をも節約しないと、終には食物は缺乏し、價は暴騰し、我れも人も困り果てる樣な始末に陷るのであります。取りわけ平時ならまだしも、一朝戰亂等が起つて物資の配給が思ふに任せぬ樣な場合には、一層痛切に之を感ぜざるを得ないのであつて、此度の大戰爭は適切に之を教へて居ます。夫れかと云つて、又た無暗に食物を節約して、取らねばならぬ量でも取らない樣な無理をすると、國民の元氣は大に衰へて、起つことの出來ない有樣に陷ります。夫れですから、保健食料の研究をして、健康を損ふことなくして何れ丈の程度迄食物を節約し得るかを決めて置て、一朝事ある場合は勿論、平常も此の榮養學上の智識を賴りとして、安んじて食物經濟を行ふ樣にすることは、一家は勿論、一國として非常に大切なことであります。

今西洋の信用ある學者が、保健食料の標準として

認めて居る所の者を根據として、日本人に宛てはめて見ると、體重略ゞ十三四貫目の成年男子が、中等度の勞働をする際には大約

蛋白質	九〇瓦(二十四匁)	總温量　二四〇〇「カロリー」
脂肪	二〇瓦(五匁半)	利用温量　二一六〇「カロリー」
含水炭素	四五〇瓦(百二十匁)	(總温量の約一割引)

と見て大差ないのであります。

成年男子に較べると、婦人や、子供は、食料が少なくて濟む者で、妻及び十四乃至十七歳の男兒は、夫の食量の八割、同年齡の女兒は七割、一〇乃至一三歳の兒は六割、六乃至九歳の兒は五割、二乃至五歳の兒は四割と見ればよいのであります。

一寸說明を加へますが、前の表に總温量として擧げてあるのは、表に示せる分量の養素が、體內で燃える際現はし得る勢力の總量を、温として測つた者であります。温量を測る單位としては、「カロリー」を用ゐます。一「カロリー」とは、一「リートル」(約五合五勺)の水を、攝氏の一度だけ高むるに要する温量であつて、蛋白質も含水炭素も、共に其の一瓦(二分六厘)は四・一「カロリー」の温量を、脂肪の一瓦は九・三「カロリー」の温量を發生し得る者であります。此の關係を心得て置けば、或る食品の一定量が、體內で幾何の勢力を發現し得るかを、「カロリー」で云ひ表はすことは、極めて容易く出來ます。卽ち分析表を見て、其の食品中に蛋白質・含水炭素・脂肪が、各々幾瓦あるかを求め、次に之れに蛋白質及び含水炭素には四・一を、脂肪には九・三を乘けて、得た所の數を寄せればよいのであります。

茲に又一考すべきは、食べた食物が、悉く消化吸收せられるのでなくして、其の幾分は、消化吸收を受けないで、糞便となつて再び體外に捨てらることであります。之を損失量と云ふのでありますが、之れは植物性食品では、動物性食品よりも高く、例へば肉類の蛋白質の損失量は、取つた量の二乃至八分であるのに、白米及び「パン」の蛋白質の損失量は二割に達し、麥飯の如きは殆んど四割に達す

る者であります。又同一の物品でも調理の仕方で大に損失量に違ひがあります。例へば大豆を煮豆にすると、其蛋白質の損失量は三割七分であるが、豆腐にすると僅かに四分に過ぎません。そこで種々なる食品を混食する場合の損失量を較らべて見ると、粗食の時は二割、消化し易い物を餘計に取つた時は一割で、平均一割五分と看做すことが出來ます。そこで、總温量から、其の一割乃至一割五分を差し引た殘りが、眞に體内で吸收を受けた養素の發生し得る温量で、之を利用温量と云ふのであります。

以上述べた關係が明瞭になつて居れば、食品の分析表を基として、保健に充分なる食品を選び出し、必要なる温量に滿たし得る樣な食物を取り合はすこと、は容易く出來るのであります。

然る所、前に述べた保健食料の標準は、是れならは大丈夫と云ふ所を示した者で、止むない場合には、此の分量より、もつと節約しても、健康上差支なくやつて行けるのであります。經濟上から云へば、一般に蛋白質に富んだ食品が高價であるから、成るべく蛋白質を倹約することが肝要であります。そこで之に就いて、近頃研究された所によると、一日の蛋白質攝取量を標準食料の半分位迄下げても、他の養素の分量が充分であれば、保健上差支ないことが唱へらるゝに至りました。又た總温量も止むない場合には、平常の半分位で足りると唱へられて居ります。もつとも斯樣な場合には、食物を充分に咀嚼して、能く消化吸收を受ける樣に心懸けねばなりません。現に今度の戰爭で、從來學者が小仕掛で實驗室の中で試みた所のものを、大仕掛に實地に試驗されてたのであります。勿論戰時其の他危急の場合に於ける榮養の節約狀態を、直ちに平時に推し及ぼすことは、如何に夫れが經濟上有利であるからと云つて、當を得たる者とは考へられませんが。併し家を思ひ國を愛する人々は、學問上より指し示された、榮養上の智識に信頼して、平常と雖も榮養を成るべく上手に行つて、無用なる濫費を愼むと共に、一朝

事ある時は、安んじて食糧の節約をする様に心懸けて居なければなりません。中等の勞働者が此位迄は**節約しても大丈夫と思はる、分量は體重一貫目に就き蛋白質を一匁二分**の割合に取り、又温量は**體重一貫につき百四十「カロリー」**と見積つた者であらうと思ひます。卽ち體重十三貫目の人ならば、蛋白質は**十五匁**(約七十五匁の生肉に當る)で、之れが含水炭**素・脂肪を加へて總「カロリー」を約一千八百五十位にすればよい**のであります。

安く甘く養になる食物は何か

平素から榮養上の智識を養ふて置き、日々の生活に之を應用すると、大層冗費を省くことが出來るものであります。**又價の高い食物で無いと榮養にならぬと思ふのは、大なる間違であります。**是等のことを能く心得た人には、安くて美味しく、且榮養になる食物が容易く得られるのであります。

元來食物は市價は、必ずしも其榮養上の價値の多少に比例するもので無いことは、少し氣を附けると誰にでも能く分かることであります。それと同時に又、如何に安く安くと食費を省くことにのみ苦心しても、その食物の榮養の點に於て、少しでも手落があつてはならぬことは、言ふまでも無いのであります。

如何にすれば安くて美味しく、榮養になる食物を撰ることが出來るかといふに、それは次に述べる經濟的榮養法十則を心得て置くことであります。

第一、材料の選び方に注意せねばなりませぬ。このことは後で詳しく說明を試みることにします。

第二、美味しく食べる工夫が肝要であります。調理法や配合の如何によつて、榮養上にも著しい差異が生ずるのであります。

第三、勝手元で**廢物を出さぬ**樣に心懸けねばなりませぬ。魚の頭でも、野菜の皮でも、それぐ\貴重の成分を含み、立派に役に立てることが、出來るものであります。又今迄は世間に廢物として取扱はれて來た血液、豆粕、醬油粕、糠の如きも、之を巧み

に利用して、實益を納むることに努めねばなりません。

第四、咀嚼を充分にして、消化を完全にすることに注意せねばなりません。消化が充分でなければ、食物中の榮養分が充分に用立つ理には參りません。而して消化を完全ならしむる有效なる第一の法は咀嚼を丁寧にすることであります。同じ大豆でも其中に含まるゝ蛋白質が、煮豆では百分中の六十三分しか消化吸收されぬに、黄大豆粉では百分中の九十三分も消化吸收されるのを見ても分るのであります。

第五、嗜好は可成廣く、食物は可成偏せざる樣にせねばなりません。生理上からも經濟上からもそれが最も賢明であります。

第六、購買方に心を用ひねばなりません。公設市場設立の必要も、購買組合組織の改善も、又時ならぬはしり物を購ふことを避けて總て季節のものを用ふる心懸けが必要であるのも、皆此同じ理由から出發するのであります。

第七、食物の貯藏法を心得ねばなりません。貯藏法には日干し、鹽漬、砂糖漬、煮沸、燒熱、燻製、罐詰、冷藏など種々有りますがすべて物の腐敗する原因は腐敗黴菌でありますから、腐敗黴菌を殺し或は其繁殖を止める方法を施すのであります。

第八、一切の見榮心を取去ることが大切であります。世間體や外觀を主にして食物を撰ることは愚かなことであります。外國米を買ふのを遠慮したり、後悔する程高い代を拂ふて購りの食物を購ふことは禁物であります。

第九、粗食萬能主義も、美食萬能主義も孰れも良くありません。

第十、飽食せずとも良いことを知らねばなりません。

以上揭げた個條の中にはそれ〴〵輕重はあつても、皆人の知つて居なければならぬ必要な事項であります。材料の選び方に就ては、次にやゝ詳しい說明を加へて置きます。

(甲)蛋白質

(一)同じ種類の食物の中では安いものを選ぶことであります。

例へば獸鳥肉では牛肉や鷄肉よりも豚肉、豚肉よりも馬肉といふ樣にするのであります。馬肉は牛肉に比べて少しも卑しい食物では無いのであります。料理の法さへ宜しければ、美味しく食べられて且榮養上には優るところありとも劣るところはありませぬ。又同じ肉の中でも小間切肉は安くても榮養上には劣等でないのであります。又老獸の硬い肉も細挫して食用せば、幼獸の肉の如く能く消化吸收せられるのであります。

又胃や腸や子宮やは肉が白く軟かくて、鳥の肉と酷く似た結構な榮養品であります肝臟、膵臟、腎臟、心臟、脾臟、腦髓、乳房など種々の臟物も安くて味が劣るが、一般肉類と同等の榮養價を有つものであります。

今試みに是等の諸品に就て、其市價と榮養上の價値との概略を比較して見ませう。即ち其含む蛋白質の量よりこれを計算すること

牛肉最上ヒレー	百匁一圓四十錢のもの	二十五匁代三十五錢は
牛肉並等	百匁八十錢のもの	二十五匁代二十錢に
鷄肉	百匁一圓のもの	二十四匁餘代二十四錢二厘に
豚肉一等	百匁六十六錢のもの	三十六匁餘代二十四錢に
豚肉三等	百匁五十錢のもの	三十六匁餘代十八錢に
馬肉最上ヒレー	百匁四十錢のもの	二十一匁弱代八錢三厘に
馬バラ肉	百匁二十六錢のもの	二十一匁弱代五錢四厘に
牛小間切	百匁四十錢のもの	三十三匁餘代十三錢三厘に
豚小間切	百匁三十六錢のもの	五十四匁半代十九錢六厘に
馬小間切	百匁二十錢のもの	二十七匁半代五錢五厘に
牛臟物	百匁二十五錢のもの	二十八匁餘代七錢に
鷄臟物	一羽分八十匁十五錢のもの	二十八匁餘代五錢三厘に

當り。又其含む温量よりこれを計算すると

牛肉最上ヒレー	百匁一圓四十錢のもの	二十五匁代三十五錢は

牛肉並等	百匁八十錢のもの	二十五匁代二十錢に
鷄肉	百匁一圓のもの	二十五匁弱代二十四錢八厘に
豚肉一等	百匁六十六錢のもの	十匁餘代六錢八厘に
豚肉三等	百匁五十錢のもの	十匁餘代五錢二厘に
馬肉最上ヒレー	百匁四十錢のもの	三十匁弱代十一錢九厘に
馬バラ肉	百匁二十六錢のもの	三十匁弱代七錢七厘に
牛小間切	百匁四十錢のもの	十匁弱代四錢に
豚小間切	百匁三十六錢のもの	六匁餘代二錢三厘に
馬小間切	百匁二十錢のもの	十匁餘代二錢一厘に
牛臟物	百匁二十五錢のもの	二十六匁代六錢五厘に
鷄臟物	一羽分八十匁十五錢のもの	二十五匁弱代四錢七厘に

それ〱當るのであります。

魚類では鹽魚や乾物でも、其消化と榮養價が決して生魚に比べて著しく劣るもので無いといふことを知つて置くことであります。健康な人には鹽魚や乾魚で、生魚は愚か獸鳥肉の代用も出來る位であります。

試みに牛肉二十五匁に相當する生鯛と鹽鮭、干鯡を掲げて、之を比較するさ、其の消化吸收せらる、蛋白質の量よりすれば

生鯛	百匁六十錢として	二十六匁餘代十五錢七厘に
鹽鮭	一切十七匁四錢として	十九匁弱代四錢四厘に
干鯡	一本八匁一錢として	七匁半代一錢に

當り。又其消化吸收せらる、滋量よりすれば

生鯛	百匁六十錢として	三十六匁餘代二十一錢六厘に
鹽鮭	一切十七匁四錢として	二十四匁餘代五錢七厘に
干鯡	一本八匁一錢として	九匁弱代一錢一厘に

當る計算になります。

鷄卵は東洋でも西洋でも、精進料理や禁肉日には、必ず無くてならぬ食物の一つであります。牛乳は比較的安い榮養品であります、肉の代りにもなります。

牛肉二十五匁の代用として、其消化吸收せらるる蛋白質の量より計算するときは

鷄卵	中等大十四匁七錢として	三個代二十一錢に

牛乳	一合六錢として	三合一勺餘代十九錢に

相當し。又其含まれて有る温量より比較せば、牛肉二十五匁に對し

鷄卵	中等大十四匁七錢として	一個半餘代十一錢五厘に
牛乳	一合六錢として	一合代六錢に

相當するのであります。

(二)、動物性食物の代りに植物性食物を用ふ。例へば獸鳥魚肉の類が高ければ、豆類及其製品を以てこれを補ふことであります。豆腐、納豆、味噌などは最も進歩した文明的の食物であります。又麩は穀類から製つた優良な肉代用品でありす。小豆は蛋白質と含水炭素の兩者に富んで居ります。

其含む蛋白質及び温量が、其儘牛肉のものに比較し得ると假定して計算すれば、牛肉二十五匁に對し蛋白質に於ては

大豆	一升三十五錢として	四勺半代一錢六厘に
豆腐	一個(八十匁)四錢として	一個弱代三錢九厘に
納豆	一苞苴(十匁)二錢として	二個半餘代五錢三厘に
味噌	百匁八錢五厘として	四十一匁餘代三錢五厘に
豆粕	一升十九錢として	五勺餘代一錢に
麩	一個(二分)一厘四毛として	九十二個代十二錢九厘に
小豆	一升二十六錢として	六勺餘代一錢六厘に

相當し。其含む温量より比較すれば

大豆	一升三十五錢として	二勺半弱代八厘に
豆腐	一個(八十匁)四錢として	五十六匁代二錢八厘に
納豆	一苞苴(十匁)二錢として	二個弱代三錢七厘に
味噌	百匁八錢五厘として	二十一匁弱代一錢八厘に
豆粕	一升十九錢として	四勺半弱代八厘に
麩	一個(二分)一厘四毛として	六十六個代九錢二厘に
小豆	一升二十六錢として	三勺半餘代七厘に

當る計算であります。

總べて食物の榮養價を比較して、甲乙の優劣を云爲とするには成る可く其種類の類似するものゝ範圍内ですることゝし、あまりにかけ離れたもの兩者に就てすることは避けたが良いのであります。例へば簡單な分析表を便りに、動物性のものと植物性のものとを比較評論することなどは、餘程注意を

要するのであります。往昔から行はれて來た西洋の宗教上の禁肉日でも動物性食品たる卵と乳を用ひます。又今度の世界大戰でも、其禁肉日の獻立に卵や乳から製つた食品が代用されて居ります。

(乙)含水炭素

米は外國米も内地米と其榮養價値は同等であります。米の他、麥・粟・蕎麥・稗・玉蜀黍・黍のやうな雜穀及び甘藷・馬鈴薯等の芋類は、皆同一目的に使用さるべきであります。而して是等の雜穀及び芋類は、我邦では皆かなり豐富な產額のものでありますから、これを米の代用品として用ふれば良いのであります。

米一升(五十錢)に相當する澱量を得るには

裸麥(平麥)	一升二十四錢として	一升九合四勺代四十六錢五厘に
裸麥(押割麥)	一升二十錢として	一升五合五勺代三十一錢に
裸麥(乾燥麥)	一升二十八錢として	一升四合代三十九錢二厘に
裸麥(改良麥)	一升二十八錢として	一升四合代三十九錢二厘に
裸麥(挽割)	一升二十六錢として	一升二合九勺代三十三錢五厘に
裸麥(丸麥)	一升三十二錢として	一升〇一勺代三十二錢三厘に
小麥粉	一升二十錢として	一升八合五勺代三十七錢に
粟	一升二十八錢として	一升一合九勺代三十三錢三厘に
蕎麥	一升三十錢として	一升三合四勺代四十錢二厘に
稗	一升十二錢として	一升八合二勺代二十一錢八厘に
玉蜀黍	一升十四錢として	一升二合五勺代十七錢五厘に
黍	一升三十錢として	一升二合二勺代三十六錢六厘に
甘藷	一貫二十錢として	一貫二十目代二十錢四厘に
馬鈴薯	一升十六錢として	三升三合二勺代五十三錢一厘に
小豆	一升二十六錢として	一升〇六勺代二十七錢五厘に

計算して可いのであります。

小麥粉は皮の部分の多く挽き込まれた、褐色のものが榮養分に富むと同樣に、米も餘り精白されて無いのを選むことであります。皮の部分を挽き込むことの少ない小麥粉は、色が白く細やかで口ざはりが

良く、そしてそれから製した麵麭が所謂白麵麭でありますが、近來此種の小麥粉ばかりで食物を調へた爲め歐米人の齒牙が不良になり、貧血に陷つたのは著明の事實であります。我邦でも米の精白は出來るだけ消極的にすべきであります。搗粉などは必ず其使用を禁じたいものであります。

砂糖は榮養品に嗜好品を兼ねた有用な食品の一つであります。でも、必ず無くてならぬものだとは云へませぬ。

(丙)脂肪

脂肪には我邦にも種々なものがあつて、「バタ」・牛脂・豚脂・魚油等動物性のものと、椰子油・橄欖油・榧油・椿油・大豆油・落花生油・胡麻油・荏油・菜種油等植物性のものとに分けることが出來ますが其の中で最も安價なのは菜種油、荏油であります。でも風味の優る點から、胡麻油、落花生油が汎く用ひられるのであります。

脂肪は種々なる日用食物の中に幾分かづゝ必ず含まれて居り、又含水炭素とは體の内で互に相代理し合ふ事の出來るが爲め、特別に脂肪を多食せねばならぬといふ理由は無いのであります。

(丁)野菜、果實類

野菜、果實類は榮養分の濃厚に含まるゝ物で無いから、主食品にはならぬが、それでも、種々の有用な成分を含んで居て、其上食物の容積を作る爲めに大切なものであります。榮養分が足りても其容積が少ないと、滿腹の氣持のせぬものであります。又料理や調味の上に野菜のなくてならぬものであることは、人の皆知つて居るところであります。

(以下次號)

家事に關する理化學的試驗（承前）

ヴァンダービルト

六、卵

（一六）蟲眼鏡を用ひて卵の殼の表面を觀察すれば、多くの孔を見出すべし。試みに小さき殼片を水「ガラス」は普通藥屋にて一封度十仙位にて買ひ得べし。これは糖汁程の密度を有する濃厚なる舍利別の如きものなり。使用する時は水「ガラス」一を十に溶解すべし。（附記、一封度―一二〇・九匁、一仙―二錢）水「ガラス」の溶液の中に浸し、取出して拭きとり、再び眼鏡にて試すべし。卵を保存するに、普通この水「ガラス」の十％の溶液が用ひらる。この液は卵の表面上に、薄き非結晶性の膜を生じ、微細なる有機物の侵入を防止するなり。

（一七）色素を溶解せる湯を造り、其の中にて半時間程卵を煮沸せよ。これに使用する色素は、普通絹又は木材染色用の、共に色素の名稱「ダイヤモンド」色素にても「レインボー」色にてもよし、卵を冷却して後白味を出して觀察せよ。

注意―耶蘇復活祭などに於て、濃厚に着色せる卵を小兒達に喰はしむる勿れ。

（一八）熱が卵の白味に及ぼす作用。注意して卵を割り、白味を皿の上に落すべし（鋏を以て殼膜を切りて、白味を流出せしむるもよし）この白味を水を以て薄め瓶中に注ぎてよく振盪せよ。次に瓶を轉倒し、液の表面に泡の生じ始むる迄放置しおくべし。次に注意して栓を拔き液のみを流出せしむべし。「モスリン」の布を以てこの液を濾過し、（イ）（ロ）（ハ）（ニ）の四つに等分せよ。

（イ）華氏百五十八度に上るまで徐々に熱すべし。

（ロ）單に六七分間煮沸すべし。

（ハ）沸騰しつゝある湯の中にそゝぎ、續いて煮沸

せよ。

以上の實驗によつて卵類に使用さるゝ皿碗類を洗滌する時如何なる水を用ふべきか、又は「ソップ」及「コーヒー」を白味を用ひて透明となすことの出來る理由を説明し得べし。

(一九)前溶液の(三)の部分を「アルコホル」液中に注ぎ、白味の硬化するに注意すべし。強烈なる「アルコホル」飲料と食物とを同時に取る時は、「アルコホル」は食物の蛋白質を不溶解性のものとなし、同時にその不溶解性の物質にて胃の内面を被覆せしむるものなり。この作用を利用して生物學標本を「アルコホル」液に浸して保存するなり。

(二〇)薄められざる白味を、炭酸鉛又は昇汞の溶液(水銀の重鹽化物)に注ぎたる時は、重き沈澱物の生じ始むるを見るべし。

注意―炭酸鉛又は昇汞の粉は非常に有毒なるもの故に、小兒達の手の屆かぬ所に置くべし。

七、ゼラチン

(二一)「ゼラチン」の少量を水に浸し、之に沸騰せる湯を加へて「ゼラチン」が全く溶解するに到るまで攪拌せよ。出來上りたる溶液を(イ)(ロ)(ハ)の三つに等分せよ。

(イ)其儘になし唯冷却せしむべし。

(ロ)この液中に半分の「レモン」の汁を榨り落し、完全に混合させて、冷却するまゝに放置すべし。六七時間後「レモン」の酸が「ゼラチン」に如何なる作用をなしたるかに注意せよ。

(ハ)十分間程熱し、冷却するまゝに放置すべし、熱が「ゼラチン」に如何なる作用をなしたるかに注意せよ。

八、牛肉

(二二)大匙一杯の挽き肉を「コップ」一杯の冷水中に入れ、一時間程放置すべし。次にそれを「モスリン」布にて濾し、後に其濾したる液を蛋白質の凝固點(華氏百五十八度)に到る迄熱せよ。然らばこの液中には蛋白質の凝固せるものが表はれ來るべし。これ前

に漉したる液には既に牛肉の蛋白質が溶解し居たるを示すなり。

注意―調理する時に肉類を決して洗ふべからず。蛋白質は失はるべし。必要なる時は濕りたる布にて注意して拭ふべし。

(二二三)少量の鹽を溶解せる水を「コップ」に一杯程造り、其の中に大匙一杯の挽き肉を入れ、前述の如く漉過し、煮沸せよ。然らば前實驗に於けるより更に濃厚なる沈澱物の生ずるを見るべし。若し「ソップ」肉茶などを造りて、滋養分多きを希望するならば、先づ煮出す時に少量の鹽を落すべし然らば原料中に含まるゝ「アルビユーメン」又は「グロフユーリ」等の如き蛋白質は多量に汁の中に溶解すべし。

九、牛乳

(二二四)「コップ」に半分程の牛乳を、極低き熱を以て溫め、水分を蒸發せしめて、其の後に殘る堆積物を見よ。これ乳中に含有する固形物なり。乳を煮る時にはこれ等の固形物は浮游膜となつて乳の表面に浮び來るべし。この膜を取り捨つることは、牛乳の滋養分を失ふと云ふに止まりて、何の利益なし。

(二二五)「コップ」に一杯の牛乳を煮沸して沸騰し始めてより猶ほ十五分程も煮るべし。水分の徐々に蒸發するにより、漸時水を加へて之を補ふべし。煮沸後十五滴の Rennet 液は幼反芻動物の胃より取れるもの「レ チット」液を加ふべし。然らば乳の中に肉汁又は果物の液汁を砂糖にて煮つめたるものにして、膠の如きものなり。「ジエリー」の如き凝固を生じ來るや否やを注視せよ。

煮沸せる牛乳は消化せらるゝに困難となる傾向あり。

あだかも「レチット」が石灰鹽類を投下するに非ずんば、作用せざるに似たり。

注意―「レ チット」の代りに Junket は凝固せる牛乳より取れる一種の調味料なり。「ジャンケット」錠を水に溶解して用ふるもよし。

(二二六)「レ チット」に及ぼす熱の作用。

(イ)「コップ」一杯の冷却せる牛乳中に、十五滴の「レチット」を加ふべし。

(ロ)「コップ」の牛乳を體温の暖かさに温めて、其中に十五滴の「レチット」を加ふべし。

(ハ)「コップ」の牛乳を沸騰點に達するまで熱し、それに十五滴の「レチット」を加ふべし。

如何なる温度に於て、「レチット」は最もよく作用をなすか？

注意―牛乳中の蛋白質は熱すると溶解し難くなる傾向あるにより、牛乳罎其他牛乳に用ひらるゝ器具類は先づ冷水にて洗ひ、然る後温湯にて濯がざるべからず。

一〇、脂　肪

(二七)牛の脂を細かく刻み、小さき「ソップ」鍋に入れ注意して煮るべし。而して其間は決して温度を華氏二百十二度以上に上らしむべからず。脂の溶解せる時は「モスリン」布にて濾過して其液を「ソップ」皿に落すべし。この脂肪は以下の實驗を行なふに用ひらる。

(二八)溶解性、少量の脂肪を試みに、湯水、冷温二種の「アルコホル」液、「ガソリン」油及洗濯曹達の溶液等に各々加へ見よ。脂肪はいづれにも溶解するや如何。

(二九)脂の汚點拔き法、三片の布の上に各々少量の溶解せる脂肪を落すべし。

(イ)一枚の布の脂の汚點を暖かき「アルコホル」にて拭ふべし。「アルコホル」を暖むるには、「コップ」に四分の一程充して、熱湯の上にて温むべし。決して焔を用ふべからず。

(ロ)第二の布の上に吸取紙を置き、暖かき鏝にて其上を手早くさするべし。

(ハ)第三の布を「ガソリン」油にて拭ひ、汚點の周りに環の生じ來るを防ぐために、吸收物として滑石又は澱粉を用ふべし。

(三〇)乳質物の形成、卵の白味を水にて薄め、小さき瓶に大匙に二三杯程入るべし。而して微温の綿

油か橄欖油を一時に一二滴づゝ加へよ。加へたる毎によく振盪すべし。

總ての材料及器具を冷却して實驗を再び行なひ。乳化作用は冷、暖いづれの時に最もよく行はるゝか。

再び白味及油の溶液に小匙一杯の酢か「レモン」汁を加へて實驗をなせ。酸類は果して乳化作用を爲すものなるか。

「サラド」の掛け汁を調製するにあたりては、總ての原料及器具を冷却し置き、極少量の酸を加へて乳化作用の不能とならぬやうにすべし。

(三一)脂肪清澄法、大鍋に脂を溶かし、Fullersearth漂布土を一封度の脂に大匙一杯の割合にて加へ、よく攪拌して暖かき竈の中に置くべし。この液を六七枚の細かき「チーズ」を包む布にて濾過すべし。

脂肪に酸臭ある時は、茶匙に四分の一程の重炭酸曹達を脂肪の溶解後加ふべし、然らば除去し得べし。

(三二)乾性及不乾性油、三つの「バタ」皿に各〻、亞麻油、綿油及橄欖油を入れ空氣中に六七日間曝露せしめよ。然らば亞麻油は硬化し、もはや繪畫用又は「ワニス」用には用ひられざるやうになるべし。橄欖油は依然として液體として、殘り、綿油は僅に乾くのみ。

一一、家庭用石鹸の製造及用途

(三三)臺所用石鹸、先づ一封度の脂を溶解せしむべし。次に七分の一封度の苛性曹達を「コップ」に一杯と三分の四の冷水に溶かせ。兩方の液體を加へて、Dover egg beater「ドバーエッグビーター」にて打つか、又は古き「アイスクリーム」製造器にて廻し、乳狀となし其れに他に四分の三封度の曹達を三合一勺餘の水に溶解し、それに一「オンス」半の石油と半「オンス」の洗濯曹達を調合せるものを加ふるもよし。

然る後其混合液を「パラフィン」油を引たる紙にて裏打ちせる、「ボール」箱の中に注ぎ、硬化せしめよ。

粗製苛性曹達は藥品店より、又石鹸製造用の灰汁「バビッド」の灰汁ならば食料雜貨店にて購求し得べし。値段は大凡一封度につき八仙より十仙位なり。

更に輕便なる臺所用石鹼の製法は、「コップ」に六杯乃至八杯の水の中に一封度の「アルカリ」を溶かし、冷却すべし。冷却後全體が「コップ」に十二杯四分の一位となる迄水を加へ、然る後其液の一杯四分の三づゝを一封度の脂と合せて製造すべし。

(三四)化粧用石鹼、「コップ」に半分の水をとり、それに七分の一封度の苛性曹達を溶かし、この溶液を一封度の橄欖油に加へ乳狀とならしめ、然る後裏打ちせる前述の箱に入れて、冷却せしむべし。椰子油を橄欖油に代用するもよし。即ち「コップ」に二杯の水をとり五分の一封度の苛性曹達を溶解せしめ、それに一封度の椰子油を加ふべし。この時は椰子油が溶解するやうによく熱すべし。

(三五)下手に製造されたる石鹼に於ては、脂肪と「アルカリ」を適度に混和せられ居らざる故に、多少の酸が「アルカリ」を殘離せるものなり。これ等は以下の試驗によつて驗出せらるべし。

(イ)遊離脂肪、試驗せむとする石鹼を削りたる二三片のものを、冷却せる「ガソリン」油中に入れ罎を封じてよく振盪すべし。然る後透明なる液體の部分を出し、碗に入れて熱湯を入れたる盤中に浮かして、徐々に「ガソリン」油を蒸發せしむべし。若し脂肪質の殘物出づれば即ち遊離脂肪の存在せるを示すなり。

(ロ)遊離「アルカリ」、二三片の削りたる石鹼を、溫かき「アルコホル」中に入れ、罎を封じてよく振盪すべし。然る後透明なる部分を出し、之れに試驗藥なる Phenolphthalein「フェノールフタリン」を二三滴滴下せよ。若し赤色に變ずれば遊離「アルカリ」の存在を示すなり。「フェノールフタリン」一%の「アルコホル」溶液は、廉價にて藥屋に買ふを得べし。

以上の二試驗に反應なき石鹼は中性石鹼にして、かくの如き石鹼は柔らかき纖維質、殊に羊毛又は絹絲の織物類を洗滌するに適用すべし。

(三六)樹脂石鹼、市場にて賣買する茶色の臺所用石

鹸は、脂肪の代用として種々の方面に利用せらるゝ樹脂を含有す。

脂の石鹸成分となりたるもの鹸化せる樹脂は水を加へらるゝ時に非常に赤き石鹸泡を生ず。而して脂肪を用ひたる石鹸の如き洗滌的長所を有せず。故に鴇色の石鹸は白色の石鹸よりも效果少なきものと知るべし。この石鹸の普通一般の家庭に使用せらるゝは、甚だ不幸なる事なり。樹脂は臭によりて見分けらるべし。先づ手をこの石鹸にて洗ひ、眞水にて濯がずに乾かし、其後手の臭を嗅ぐべし。

(三七)大片の石鹸を少量の水に溶解して、濃き溶液を造るべし。其を金色の上繪を施せる小さき陶器に入れ、一時間程煮沸し水分の蒸發し去るに從ひて、時々水を加ふべし。然らば其金色は如何なる作用を蒙るかを注視すべし。

一二、粉末石鹸

(三八)前述の實驗を、粉石鹸にて造れる同樣なる濃き溶液を用ひて繰り返すべし。

注意―粉末石鹸は強き「アルカリ」性を有す、決して金色の上繪ある陶器又は、柔らかき纖維質の物を斯くの如き溶液にて洗ふべからず。

(三九)粉末石鹸に關する多少の智識は以下の實驗によりて得らるべし。

(イ)石鹸成分の驗出、「アルコホル」を小さき罎に入れ、湯にて溫め之れに少量の粉末石鹸を加へよく振盪し然る後、固形の殘物を沈澱せしめ、清澄の部分を流出せしめよ。この實驗を六七回繰り返へし最後に全部の殘滓を集め(ロ)の試驗に用ふるために、取り置くべし。濾したる「アルコホル」の溶液を全部合はせ、蓋なき器に入れ湯にて溫めて徐ろに「アルコホル」分を蒸發せしむべし。然る時石鹸分は堆積し來るべし。

(ロ)炭酸鹽と硼砂の驗出、(イ)の實驗によりて得たる薄き色を帶びたる殘滓を一罎の沸騰水に入れて振盪すべし。殘滓を合せつゝ六七回この事を行ふべし。然る後溶液を二分せよ。

(一)少量の酢を加へよ。沸騰の泡を生ずべし。これ炭酸鹽の存在することを示すなり。

(二)鹽化水素を二三滴落して酸溶液を作り、その中にTurmeric paper 蕃黄紙の一片を浸せ。低溫にて之を乾かす時、若し硼砂を含有するならば、淡紅色を呈すべし。

試にこの實驗を硼砂を含有せりと知れる物につきて行なひて見よ。

市場に於ける數多き有名なる粉末石鹼につきて分析するに、通常左記の如き成分を有す。

水	一〇乃至一八	「パーセント」
石鹼分	一七乃至四〇	「パーセント」
炭酸曹達	三四乃至五〇	「パーセント」

其他鑛物性物質、苛性加里等の少量も認めらる。

(四〇)脂浸みたる牀板皿碗類を洗滌するには、常に「アルカリ」を用ふるを可とす。脂肪に「アルカリ」の働く作用の如何は、料理用脂肪を少量煮沸して、之れに炭酸曹達を加ふることによりて知らる。

試みにこの溶液をよく振盪して乳狀となることを實驗せよ。

炭酸曹達は、一封度一仙半(三錢位)乃至二仙にて買ひ得べし。この一封度の炭酸曹達を六合餘の水に溶解して、「アルカリ」の必要なる時に、何時でもこれを洗滌水の中に注ぐべし。これは硼砂等を用ふるよりも更に低廉なる洗滌劑なり。

一三、「スカーリングパウダー」

(四一)「スカーリングパウダー」は進歩せる磨砂にして、今や舊式なる方法なりし磨砂に代りて市場に現はれ來れり。このものは磨滅性の物質を多量に含み、他に極少量の石鹼と、「アルカリ」とを含有せり。左記の表は普通使用せらるゝ「スカーリングパウダー」の成分を示す。

水	一乃至六	「パーセント」
石鹼	四乃至一四	「パーセント」
炭酸曹達	〇乃至二四	「パーセント」
磨滅性物質	六三乃至九三	「パーセント」

磨滅性物質は、この粉末を水に溶解することによりて容易に驗出せらる。又硝子棒を以て粉末を摩擦すればジャリ／＼とする感覺ありて容易に其存在するを知り得べし。



○婦人共同會の衣類廉賣

四谷區南伊賀町三十四の婦人共同會にては來十二月七日神田北神保町東洋家政女學校内に於て第二回の衣類廉賣會を開催する由にて、其の廉賣品は總て各家庭の不要品を取次販賣するなりと。因に不要品を賣りたき方は自己の欲する手取金を記し品物と共に婦人共同會に預けられたしと。

○少年巡査

東京市本所區太平警察署では、豫ねて管内の茅場、本横、太平、柳島の四小學校兒童に修身の時間を利用して修養講話を行つて居たが、這般是等の各小學校と協議の上、アメリカ合衆國の大都市で實施して好成績を擧げて居る所の少年警官に倣ひ、各校から品行方正學術優等の兒童五名を選び、是等をして兒童の交通上の危險や、危險な遊戲、街路上での遊戲或は未熟な果實を食ふ等の不衞生、又は溝に物を投棄すること等を取り締らせることゝして、去月一日それ／＼兒童に囑託した。我國最初の試みとして實行の日が未だ淺いにも拘らず成績は甚だ良好であると。

○用布節約講習

東京市長田尻稻二郎博士は今度被服地の用布節約の大宣傳を始める由にて市内百八十七の小學校裁縫科擔任教員より成る東京裁縫研究會にては其の旨をうけ去十八日より十日間神田一橋小學校内に二丈二尺の用布にて出來る實用向經濟服の研究者尾崎芳太

郎氏夫妻を招きて之が講習を受けつゝありと。

○贈答品廢止の議

女學校同窓聯合會の接待日の催しは來る二十三日小石川植物園内に開かるゝ筈なるが、當日は一般婦人の出席をも歡迎し、年末年始の贈答品廢止の決議をなすと共に婦人新社交法の實地研究をもなす筈なりと。

○落花生料理講習

ミセス、コーツの考案になりし落花生を「バタ」牛乳の代用として廣く料理に應用する講習會は先般來赤坂靈南坂教會に開催中なるが之が批評を求めて尚弘く普及せん目的より去る十六日婦人之友社羽仁氏邸にて其試食會を開き百名近き來會者ありたるが、極めて巧に應用せられたる落花生料理十數種を出し一同の嘆賞を博したり。

會報

○大日本婦人衛生會總會

大日本婦人衛生會總會は懇親會を兼ねて本月十五日午後一時より赤坂區葵町なる東伏見宮御邸内に於て開催されたり。その概況を記すれば、定刻に先だち第一號室及び第二號室に控たる本會役員及び來賓の諸氏は三景の間に集合し、總裁宮妃殿下には四君子の間に於て謁を賜ひ、定刻に至るや宮妃殿下には川島別當御先導にて宮岡御用掛以下を從へさせられ、當日の式場に充てられたる菊竝に葡萄の間に出御、全員起立敬禮中に御著坐あり、司會は是より殿下御總裁の下に本會總會を擧行する旨を宣するや、副會長濱尾男爵夫人は、本日會長鍋島侯爵夫人缺席につき代つて開會の辭を述べられ、次に幹事高木鍒子刀自に代り書記莊司秋次郎氏庶務會計の報告をなし、それより醫學博士二木謙三氏は「食物と健康」と云ふ題下に主として健康に關する「カルシウム」の影響に就て演說せられ、これを以て一旦總會の式を終り、續て餘興に移り錦龍齋貞山の講談あり。右終て殿下には諸員起立敬禮の間に入御、それより來賓及び會員諸姉は思々に御園内に逍遙せり、當日は夜

來の暴雨思ひ掛けず晴れわたりて御園の秋景色も一入なるに、稍ゝ遲れたりとはいへ、御山の東屋あたりの菊、更に御栽園の花壇までも拜觀を許されたる事とて今しも眞盛の小菊萬種の紅黄を競ふ間を所々に設けられたる茶所に咽喉を沾しつゝ飽かず眺むる程に、妃殿下にも御用掛を始め役員の人々を御供に栽園に玉歩を運ばせられ、御手づから小菊の艶なるを手折りて御供の人々に分かたせ給へば、人皆興あり榮ある此日かなと、菊によそへてこの宮の萬歳を祈らぬものなし、斯くて四時過る頃宮家より御紋章の美事なる御菓子一折づゝ賜はりて退場したり。

因に當日出席の會員二百餘名、役員はそれ〲の係を擔任し終日斡旋せられたるは然ることながら、別當始め宮内事務官その他宮家の人々の懇篤至らざるなき御待遇に對しては、本會役員一同の深く感謝する所なりとす。

役員改選の結果當選せられたる會長副會長以下理事及び評議員氏名は本號奥附に發表せる所の如し

尙ほ當日來賓の主なる人々には左の諸氏ありき。

醫學博士	岡田和一郎
同	栗本東明
同	二木謙三
同	近藤乾郎
藥學博士	丹波敬三
醫學士	寺田織尾
醫學士	樫田十次郎
同	高峯博
共立女子職業學校幹事	大久保介壽
東京女子高等師範學校舍監	誇田隆子
共立女子職業學校職員	小杉くら子
同	伊東タ子

出席役員は左の如し。

副會長 男爵婦人	濱尾作子	同	高橋孝子
理事	鳩山春子	同	田村きよ子
同	長谷川仲子	同 男爵婦人	南部隈子
同	岡田徳子	同	中濱芳子
同	山本多穗子	同	山口貞子
評議員	入澤常子	同	近藤憲子
同	岡山敏子	同	天野多喜子
同	小川孝子	同	岸澄子
同	片山龜子	同	菊池峯子
同	吉岡彌生子	同	三宅藤子
同	丹波貞子	同	守屋千代子

總會當日寄附

一金拾圓也	男爵夫人	濱尾副會長
一金壹圓五拾錢也	理事	長谷川仲子
一金參拾圓也	理事	山本多穗子
一金貳圓也	評議員 子爵母堂	松井正子

私立大日本婦人衛生會役員氏名

大正八年十一月二十七日印刷

大正八年十一月三十日發行

東京市本郷區駒込千駄木町五十八番地

編輯者兼發行者 莊司秋次郎

東京市本郷區駒込林町百七十二番地

印刷者 柴山則常

東京市本郷區駒込林町百七十二番地

印刷所 合資會社 杏林舍

東京市本郷區駒込千駄木町五十番地

發行所 私立大日本婦人衛生會事務所

(振替東京一〇六〇〇番)

賣捌所

東京市本郷區龍岡町 吐鳳堂

同市銀座四丁目 東海堂

同市京橋區鎗屋町 眞明堂

同市本郷區本富士町 明文館

同市同區春木町 南江堂支店

京都市寺町二條南入 若林茂一郎

東京日本橋區吳服町 北隆館

同市神田區表神保町 東京堂

同市本郷區本富士町 盛春堂

名古屋市榮町六丁目 丸善書店

婦人衛生雜誌第三百五十號　大正八年十一月三十日發行

